明治四十三年十月二十日發行

（明治二十年十一月本會創立）

婦人衛生雜誌

第二百五十一號

私立大日本婦人衛生會

第三種郵便物認可明治廿六年四月四日
毎月一回二十日發行
内務省許可明治二十一年二月二十八日

婦人衛生雜誌

第二百五拾一號目次

講演

叢談

育兒

家庭衛生

雜報

西洋雜俎

大日本婦人衛生會記事

大日本婦人衛生會

十一月例會通知

來る十一月五日(第一土曜)午後一時三十分より神田一ツ橋通り女子職業學校内に於て例會を開き左の講話有之候間萬障御繰合せ御知友御誘引御來會被下度候也

一演題未定　　醫學士　永井潛君

一味の話　　ドクトル　富士川游君

明治四十三年十月

私立大日本婦人衛生會

廣告

一、從來市内の會員諸姉には特に例會毎に通知書差出候處今後は特別の場合の外は通知書差出不申候間例會につきては毎月の本誌上にて御承知被下度候事

一、婦人衛生雑誌四十年度以降の分少々餘分有之候間會員には一部金五錢の割合を以て頒布致し候に付き希望の方は至急當事務所迄御申込有之度候事

私立大日本婦人衛生會

私立大日本婦人衛生會 山形支會規則

第一條　本支會は私立大日本婦人衛生會々員山形市在住者を以て組織す●第二條　本支會に會長副會長の外幹事四名評議員若干名を置く會長副會長は公選し幹事評議員は會長之を選任す役員の任期は一ヶ年とす●第三條　本支會は毎月一回(第一日曜日)講話會を開き毎年一回(五月)總會を開き講話の外役員の選擧庶務會計の報告をなす●第四條　入會せんと欲するものは宿所姓名並に第五條の通り會費を添へ會員に紹介を依賴すべし本支會を退會せんとする時は其旨幹事に申出づべし●第五條　本會々費は會計幹事に納むべし但し六ヶ月又は一ヶ年分新に入會のものは其月より六月又は十二月迄の分を一時に納むべし●第六條　服裝は精誠質素なるを要す上著羽織は絹布を用ゆるを禁す

明治三十三年二月四日創立

事務所山形市旅籠町新築西通二百八十九、北島氏方

山形支會

私立大日本婦人衛生會 宇都宮支會規則

第一條　本支會ハ私立大日本婦人衛生會宇都宮支會ト稱ス●第二條　本支會ニ會長一名副會長一名評議員拾五名幹事四名ヲ置ク會長副會長ハ公選シ評議員幹事ハ會長之ヲ選任ス各役員ノ任期ハ一ケ年トス●第參條　毎月一回(第一日曜日)講話會ヲ開キ毎年五月講話ノ外役員ノ改選庶務會計ノ報告ヲナス●第四條　入會ハ宿所姓名ニ第五條ノ通リ會費ヲ添ヘ事務所ヘ申込ミ又ハ會員ニ紹介ヲ依賴スベシ本支會ヲ脫會又ハ本會ヲ退會セントスルトキニハ其旨事務所ニ屆出ヅベシ●第五條　本會々費ノ外別ニ支會々費ヲ要セズ會費ハ一時ニ六ケ月又ハ十二月分、新タニ入會ノモノハ其月ヨリ六月又ハ十二月迄ノ分ヲ納ムベシ●第六條　本支會ハ別ニ支會々員ヲ置キ支會會費トシテ一ケ月金五錢ヲ納ムルモノトス●第七條　講話會ニ出席ノ節ハ成ルベク家族又タハ知合ノ婦人ヲ誘引シ傍聽セシムベシ●第八條　服裝ハ精誠質素ナルヲ要ス上著羽織ハ絹布ヲ用フルヲ禁ズ●第九條　特ニ支會規則ニ掲ゲザルモノハ本會ノ規則ヲ準用ス

事務所宇都宮市傳馬町三十三番地、行森氏方

明治三十四年二月三日創立

宇都宮支會

私立大日本婦人衛生會

設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみをもて足れりとするにはあらずかならずや智識を磨き人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一年を送らんを皆ともに希はざるはあらじされども其身健康にあらざれば此生活を得んをいと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も〳〵衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きはいとも緊要の事にして皆許等婦人のもつぱら學ぶべき所其責任重しと云ふべし今や婦人の會合相謀て起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは誠に喜ばしきことなりされども夫の衛生の事に至りては更に注意を怠らざるものゝ如くまことに口惜しきことなり因りて頃日同志婦人集ひ謀り一會を設け名けて私立大日本婦人衛生會といひ毎月一回集會を開き學識經驗ある人々に衛生上諸般の訓み演説談話を乞ひ互に相研究し尚之を筆記して册子を編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに盡すあらんとす兹に本會旨趣の梗概を叙べて廣く江湖の諸愛姉に告げ其賛成を仰ふぐことしかり

明治二十年十一月

發起者總代

私立大日本婦人衛生會規則摘要（明治卅二年十二月改正）

第一條　目的　本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の智識を開發せしめ以て社會全般の幸福を增進するにあり●第二條　本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に設き地方に便宜支會を設く●第三條　本會々員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得●第四條　入會の節は姓名族籍住所及會員の種類を明記し本會事務所に申込まるべし入會者には會員章を交付す（交付手續卷末に詳なり）入會後轉居等あるときは速に事務所に報知さるべし●第五條　會員を分ちて終身、特別及通常の三種とす、終身會員は一時に金廿五圓以上特別會員は一ヶ月金三拾錢以上、通常會員は一ヶ月金拾五錢を納むる者とす●第六條　男子にして本會の旨趣を贊成する者は之を贊成員とす其會費は本會員に同じ但本會に功勞ある者又は本會に於て特に贊成員たることを望みたる節は役員の協議に依り無會費とすることあるべし●第七條　會員は本會に於て毎月發刊する雜誌を無料にて受ることを得●第八條　退會せんとする者は其旨本會事務所に報知し死亡する時は親戚知友より通知せらるべし但既納の會費は總て返戻せず●第九條　本會に推薦員を置き其中より總裁一名を奉じ皇族の妃殿下に願出るものとす●第十條　本會に左の役員を置く會長一名、副會長一名、幹事七名、評議員二十五名、書記若干名●第十一條　會長副會長幹事評議員は隔年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は幹事の推薦に依り會長之を命ず但書記は都合に由り會員外の婦人若しくは男子に託することあるべし●第十二條　會長は本會を總理し副會長は會長を補佐し會長事故ある時は之を代理し幹事は會務を掌理し評議員は重要なる會務を評議し書記は役員の命を受け諸記錄雜務を掌る幹事の分課を設け第一會計、第二編輯出版、第三庶務とす●第十三條　臨時指名委員の件●第十四條　會長副會長幹事評議員の任期は二ヶ年とす滿期再選することを得若し任期中缺員を生ずるときは次點者を以て補缺す●第十五條　會長副會長幹事評議員は無給とす但書記には相當の報酬を給す●第十六條　集會は例會總會及評議員會とす例會は八九月を除くの外毎月一回とし總會は三月に之を開く若し必要の事あるときは臨時に總會を開くことあるべし又春秋二回會員相互親睦の爲め園遊會を開くことあるべし●第十七條　毎會學識經驗ある人々に衛生上の講義演説談話を依托し會員をして注意精聴せしむるものとす●第十八條　會員は家族の婦女若くは知己の婦人を本會々場に誘致し講義演説等を傍聴せしむることを得（但衣服は總て質素たるべき事）●第十九條　講義演説等に男子の傍聴を禁ず●第二十條　規則の改正其他重要の件議定のこと●第廿一條　前年三月總會に於て會計の收支決算並に庶務の概要會員の增減等を報告すべし●第廿二條　本會の所有金は本會の名義を以て三井銀行に預くるものとす●第廿三條　會計の收支は總て會計擔任の幹事檢印を要するものとす●第廿四條　會計は一ヶ年毎に決算し翌年三月總會に報告すべし　支會●第廿五條　地方に於て本會々員十名以上發起者あるときは其規則を定め本會長の承認を受け支會を設立することを得●第廿六條　本會々員にして支會を設立せんとするときは發起者の姓名を記載して申出べし爾後員數增減あるときは其姓名を支會より本會事務所に報告すべし本會々員にして支會に加入したる者の會費は本會に納付することを止め支會の規定に依るものとす●第廿七條　支會には支會限りの會員を置くことを得●第廿八條　本會の雜誌は支會に同送すべきを以て其實費を支會より本會に送付すべし支會限りの會員にして雜誌を請求する者に就きても亦同じ●第廿九條　支會は集會の都度其状況を本會に報告すべし●雜件　第三十條　本會は毎月一回雜誌を發刊し之を會員に配附すべし●第卅一條　會員又は會員外の者にして金圓若くは物品等を本會に寄附する者ある時は本會々長の名を以て謝狀を附り寄贈者の姓名及品目を簿册に登錄し倘本會雜誌を以て報告すべし●第卅二條　會費金は受領證を交付すべしと雖も地方會員にして小爲替又は郵券にて納むるものは受領證送費として別に返信料を添へらるべし（郵券送一割増）●第卅三條　會費は東京府下に限り毎月領收人を差出すべし地方會員は總て前金とし小爲替にて本會事務所々在の郵便局（麹町區富士見町郵便取扱所宛）振出しあるべし●第卅四條　會員中若し本會の障礙となるべき所爲ある者又は屢く會費を督促するも納付せざる者あるときは會長評議會の決議を經て除名し若しくは廣告することあるべし

東京市麹町區富士見町二丁目卅二番地　私立大日本婦人衛生會

○役員姓名

總裁　東伏見宮依仁親王妃　周子殿下

會長　侯爵夫人　鍋島榮子

副會長　男爵夫人　濱尾作子

（いろは順）

幹事　鳩山春子
同　羽田三緒子
同　岡田德子
同　高木鐐子
同　山本多穗子
同　松平芳子
同　三浦敬子
評議員　石川貞子
同　岩下ゆか子
同　濱田捨子
同　長谷川仲子
同　服部繁子
同　仁禮壽賀子
同　西升子
同　土肥多越子
同　緒方悅子
同　岡山とし子
同　小川孝子
同　男爵夫人　加藤鈴子
同　片山龜子
同　吉武輝枝子
同　丹波貞子
同　高橋孝子
評議員　田村きよ子
同　男爵夫人　南部限子
同　中濱芳子
同　山口貞子
同　子爵夫人　松井正子
同　岸澄子
同　三宅藤子
同　宮本樂子
同　宮下咲子

●支會、新潟、山形、宇都宮、高崎、米澤

本會特別贊成員

（いろは順）

醫學博士　入澤達吉君
理學博士　石川千代松君
醫學士　石原久君
醫學士　石原喜久太郎君
理學博士　飯島魁君
ドクトル　飯盛挺造君
醫學博士　伊藤隼三君
ドクトル　伊澤信平君
醫學博士　伊東祐彦君
色川閑士君
岩井禎三君
藥學博士　石津利作君
醫學士　磐瀬雄一君
長谷川泰君
法學博士　鳩山和夫君
萩原湖四郎君
醫學博士　林春雄君
原[illegible]君
醫學士　橋本左武郎君
醫學博士　濱田玄達君
男爵　濱尾新君

醫學博士　芳賀榮二郎君
西田敬止君
ドクトル　西山信光君
本田増次郎君
醫學士　鳥居春洋君
醫學博士　土肥慶藏君
醫學博士　遠山椿吉君
醫學博士　大澤謙二君
醫學士　大野豐太君
醫學士　大西秀治君
子爵　小笠原長生君
ドクトル　小此木信六郎君
醫學博士　岡田榮吉君
醫學博士　岡田和一郎君
恩田重信君
醫學博士　緒方正規君
醫學博士　大澤岳太郎君
醫學士　渡邊房吉君
醫學博士　加藤照麿君
文學博士　男爵　加藤弘之君
醫學士　河野衞君
醫學博士　河本重次郎君
醫學博士　金杉英五郎君
醫學博士　片山國嘉君
醫學士　賀古鶴所君
醫學士　堅田儀一郎君
醫學士　唐澤光德君
醫學士　甲野棐君
醫學士　米山彥郎君
横井忠國君
醫學博士　高橋順太郎君
男爵　高崎正風君
高嶺秀夫君
醫學士　高田畊安君
ドクトル　高山紀齋君
藥學博士　田原良純君
醫學博士　田代義德君
醫學士　田村光顯君
醫學士　田村化三郎君

醫學士　竹中成憲君
藥學博士　丹波敬三君
法學博士　高木豐三君
醫博、男爵　高木兼寬君
理學博士　坪井正五郎君
醫學博士　土田卯三郎君
男爵　辻新次君
醫學博士　中濱東一郎君
醫學博士　長與稱吉君
藥學博士　長井長義君
男爵　南部寬男君
醫學博士　能勢靜太君
醫學博士　久保猪之吉君
醫學博士　栗本東明君
醫學士　栗本庸勝君
醫學博士　隈川宗雄君
醫學博士　吳秀三君
醫學博士　山田鐵藏君
醫學士　山田弘倫君
醫學士　山根正次君
ドクトル　山上兼輔君
ドクトル　松山陽太郎君
丸山長四郎君
ドクトル　富士川游君
布施正顯君
男爵　後藤新平君
醫學士　古川榮君
小高長造君
小西信八君
醫學士　寺田織尾君
醫學士　寺田豐作君
寺田勇吉君
醫學博士　朝倉文三君
子爵　秋元興朝君
足立寬君
ドクトル　朝山義六君
醫學士　淺田決君
醫學博士　佐藤達次郎君
醫學博士　佐々木政吉君
醫學博士　榊順二郎君

醫學博士　榊保三郎君
醫學博士　櫻井恒次郎君
醫學博士　佐藤三吉君
齋藤清文君
醫學士　笹川三男三君
醫學士　櫻井郁二郎君
ドクトル　佐藤運雄君
醫學士　佐藤德齋君
醫學士　澤崎寬制君
ドクトル　佐伯理一郎君
醫學博士　木下正中君
醫學博士　桐淵鎮次君
醫學博士　木村德衞君
醫學博士　北島多一君
醫學博士　北里柴三郎君
醫學士　北村精造君
醫學博士　北川乙治郎君
ドクトル　菊池循一君
醫學博士　三輪信太郎君
醫學博士　宮本叔君
醫學博士　宮本仲君
宮川保全君
理學博士　箕作佳吉君
水原漸君
醫學博士　三宅秀君
醫學博士　三浦謹之助君
醫學博士　三島通良君
醫學博士　三浦守治君
島田三郎君
ドクトル　志村誠麿君
醫學博士　島村俊一君
ドクトル　日高昂君
醫學博士　弘田長君
伯爵　土方久元君
醫學士　百瀨玄溟君
醫學士　森田正馬君
文學博士　森林太郎君
醫學士　澁川德君
ドクトル　須田卓附君

講演

腸窒扶斯豫防の心得（承前）

醫學博士　二木謙三

菌攜帶者　それから病氣がすつかり癒つたところで、まだ一つ心配なことがあります、それは患者百人中一人か二人は病氣が癒つても體の中に、チフス菌が潛んで居つて之れが尿とか便とかに絶へず排泄せられて居るものがある之を菌攜帶者と名づくるのであつて、甚だ危險なことは自分では免疫になつて居る故に菌を攜帶して居つても平氣で働いて居るが其から黴菌はドン／＼出て居る故に知らずに接近して居る健康者をドシ／＼感染せしむることである、是れは一番怖いのであります、其處で醫者が患者を退院せしむる前には二度となく三度となく便と尿とを調べて全く體の中に窒扶斯菌が無くなつて仕舞つたと云ふことを證明してでなければ退院を許されぬことになる、其證明が粗末で疎漏にせられて出された場合に家へ歸る時には家族の人に感染する虞がある、それは或一人の子供がありまして阿母さんがなくつて伯母さんの手で育てゝ居る子供でありました、其子供がチフスで或病院に入つて居つて稍ゝ快方に向つた所で、義理ある子であるから自分の膝もとで看病をしてやりたいと言ふて醫者の止むるを無理に退院さして大層悦んで連れて歸りますとそれから十四日目になつて今度は伯母さん自身がチフスになつて義理ある甥を一人で家に遺して伯母さんが入院をせなければならなくなつて仕舞つたことがある、若し菌攜帶者を注意せずに早く退院せしむれば斯う云ふやうな可憐さうな目を見なければならぬ、

ことになるから注意をせなければならぬ又醫者が菌の有無を疎漏に取扱つてもさう云ふ恐ろしいことになる、併し私立病院などに入ると一日に三圓も五圓も費る、そんなに經費が澤山に費るからやりきれなくなつて來る、それでどうでも斯うでも早く退院しなければならぬことになる、然るに熱が降つてから一週間や二週間では多くの患者がまだ菌を攜帶して居るものである、其れを地方の病院などでは患者が下熱して漸く七日か八日目にて退院を許して仕舞ふ所が稀にはあるのであります、さう云ふことは隨分險呑である、また熱が下つて一週間以内位では百人中四十人まではまだ黴菌を尿や便に出して居りますから他の人に傳染すると云ふことになるので、それが菌攜帶者の恐ろしいのであります。

チフスの免疫　それから今度は免疫のお話で、一度窒扶斯に罹ると、二度罹らなくなつて仕舞ひます、之をチフス免疫と稱するのであつてこれは何故であるかと申しまするも此窒扶斯の黴菌を殺すところの物質が體內に澤山出來て來る、窒扶斯菌が來ればこれを以て退治すれば、窒扶斯黴菌を呑んでも大丈夫と云ふのです、併しそれは誰れも彼れも一度チフスに罹ればさうかと言ふと決してさうではない、只直つた後數年は大丈夫なれども長い年月の間には一生の中二度乃至三度罹る人も稀にあります、それだから一遍窒扶斯に罹つたからモウ大丈夫とはいかぬので矢張注意をしなければなりませぬ。

チフスの豫防注射　それから次には豫防注射と云ふことがあつて、病氣が旺んに流行すると之に罹ることを豫防する目的で先程お話したやうに病原菌を培養基へ植へて置いてそれを熱に當てゝ殺して置いて、其殺したチフス菌を健康者に注射するのであります、さうすると體の中では窒扶斯の生きた黴菌と間違へて慌てゝ支度をするそれから殺菌素とか凝集素とか名づくる防禦上必要なる種々のものを製造する、それが出來て仕舞へばモウ結構でありまして今度は眞物の黴菌が入つて來ても決して之に罹らなく

なつて仕舞ふ、それを豫防注射と云ふのであります、此豫防注射はなか〳〵效力がありますけれども其效力の續く期間は短かい、確かな豫防力は四週間しか續かぬのであります併し大抵は一ヶ年は先づ可なりの豫防力を有する、併し此の豫防注射は無害ではあるが仲々痛いし、注射部位は腫れ、熱が出てゝ頭痛する等のことがあるから是は今日は一般には行はれぬことになつて居るが若し學校の寄宿舍兵舍又は獄屋等で例へば百人の同宿者に二人とか三人とか窒扶斯に罹つたならばアトの殘つた九十七八人は豫防注射をしなければならぬ、今日の流行に於て何ぜ東京市中の人に皆豫防注射をやらぬかと云ふと、今日は東京市に今現在ある患者は八百名であります、此八百名の爲めに是を東京市全體の人口卽ち百五十萬に割當てゝ見ますとまだ餘りに此割合が少過ぎて僅か八百人の患者がある爲めに百五十萬人に免疫注射をすると云ふことは出來難い、今の寄宿舍の場合は百人に對する二人三人との割合でありますから卽ち百に對する二%でありますので病毒は比較的大變な濃厚でありますから此場合には而も僅かに九十何人のことであるから其時には甘んじて注射を受けなければならぬ、豫防注射をした結果は何うかと言ふと一時は熱が上る其注射した場所は赤く腫上つてさうして其處に熱を有つて參ります、二晝夜許りにして皆癒つて仕舞ひますから夫は御心配はいらぬ是を豫防注射と申します。

チフスの流行　それから窒扶私の流行論でありますが何うして流行するかと言ふと其原因は澤山ある、東京の今日の場合ではないが、田舍などには川の流れに沿ふて流行する事がある、其時に能く調べて見ると其川上に窒扶斯があつたのを隱蔽して置いた人があつて、其處で襁褓や便器やらを洗つて其水を川下の人が使つた爲めに窒扶私が發生をしたと云ふやうな事がある、斯う云ふのが水に於けるところの流行でありますが、或は井戸に由つて發生することがある、其同じ井戸水を使ふところの周圍の百軒なり、

二百軒なりに流行することがある、例へば窒扶私患者のある家の人が隠蔽して其井戸で洗濯をする時に井戸側から其汚物を洗つた水が落る、其一滴水中には却々澤山な黴菌が居るからそれが水の中に入つて死なずに生きて居つた其水を飲んで居る人の家に窒扶私が流行するのであります。

それであるから川水も井戸水も險呑である、夫では何れの水が宜いかと言ふと水道の水が一番確かである、水道の水は御上で役人が能く其源を清潔にして流れて來る間には濾過して汚物を取除いて用ゐやうと云ふて毎日試験をして居りますから水道の水は是は宜いのであります、併し幾ら水道の清い水であつても使方が悪るいといかぬのです、是は後で豫防の所でお話致します。

其次には食物から流行することがある例へば此處に一軒の牛乳屋の牛乳を飲んで居る家の人が一時に窒扶私に患ると云ふやうなことがある、是は牛乳の中に窒扶私菌が何處からか間違つて混入つて居つた爲めである牛乳よりの流行は西洋に多くして日本にては少ないが之に反して食物よりの流行は仲々日本に多い、例へば生豆腐刺身等である即ち食物を取り扱ふ家でチフス患者があるのを隠蔽して、まあ二階の四疊半か何處かに寢て居る、其處で商賣の忙しい上に病人があるから一層手が足りなくなつて其患者を看護した儘、手も丁寧に洗はずにお刺身を作くるなんと云ふやうな事は全くないでもない、これを食べると險呑であります、生豆腐も同樣でありますから流行時は生な物は大禁物であります。其次に野菜のお菜、彼れは大變不潔な物で第一に肥料を注ぎ懸けること、第二に百姓がお菜を洗ふのに何う云ふ所で洗ひますか皆さんも御存の通り溝の流で洗ふとか或は水溜のやうな所で洗ふ、其溝のところには汚穢を汲む杓も漬けてある、其水でお菜や大根を洗ふから其葉と莖との間には色々な汚ないものや何かが挾まつて居る、夫を能く洗はずに用ゐると大變であるから能く其葉と葉との間は十分に洗はなければいか

ぬのである、それから駄菓子とか煮豆の樣な買つた其儘食べるものは險呑である斯かる食物には蠅が止まり又多くは手で扱ふ、其上若しも豆などを引くり返すと狼狽して手で拾ひ込むやうな事は人が見て居らぬと隨分やり兼ないし、又何時煮たのだか解らぬ物をそれを買つて來て其儘に食りになると云ふ事は甚だ危險な話である、夫はもう一遍煮直してお用ひになる方が宜い、之れは貴方がたには御話致す必要も御座いませぬが只御注意迄に申すのであります又梅干は宜しいのであります梅干は戰爭の時などにも用ひ又旅行等にも用ひられますが梅干は大變に殺菌の性を有つて黴菌を防ぐところの質を具へて居るのであるから能く御飯に梅干と云ふ事は不時の時又は缺亡の時には甚だ必要なことで、又暑中休暇の登山とか遠足などには能く御飯と梅干が必要であります、それで大體チフスの流行と云ふものは何處から來るとか云ふ事か御解りでありませう。

チフスの豫防　それから豫防法であります、豫防法は中々大切であります、豫防法には三種ある、公衆的の豫防、家族的の豫防、個人的の豫防であります。

公衆豫防は今此處で御話するのは餘計な事でありますが先づ水道を完全にすること、現在水道は東京でやつて居りますからそれは宜いが、之れから最も必要なことは下水である下水を拵へる爲にどんなに金が費るかは知れないが、之れは是非盡力してやつて戴かなければならぬ、流行病で人間が死ぬこと是は大したことであります、それのみならず日本一の東京に於て窒扶私が流行すると云ふことは世界に對して恥かしい、申譯がない且つ實に嘆はしいことであります、此爲めにどうかして下水の一日も早く完成せんことに就いては皆さんから御盡力を願はなければならぬことである。

獨逸のミユンヘンと云ふ市に以前に一時は虎列拉と窒扶私が流行して人口が段々減つて行きまして、さうして立退く者もあつて町も大變に淋しくなつて仕舞つた、町が空つぼうにならうとした、其時にペッ

テンコーヘルと云ふ先生があつて其人は世界の衞生學の大家でありましたが、此先生が衞生の完全を圖るには水道を拵へることゝ、下水を造ると云ふことゝを一々說いて步きまして或は議會で或は市會に或は大道演說をやり、熱心に通俗的に意味の分るやうに其必要を說いて步きました爲に金持に金を出さして下水を立派に拵へたので、其出來た結果として段々窒扶私や虎列拉が減じて來たので、其土地の人達は悅んで其町に復び住ふことが出來ました、水道が出來、下水が完全に出來たので虎列拉も窒扶私も何もなくなつて仕舞つて今では獨逸では伯林に次ぐ町になつたのであります。

今日日本の有樣は水道は出來て居るから此方は大丈夫ではありませうが、下水が完全でないと汚水が皆道路へ溢れて仕舞ふやうになる、それを蠅とか鼠とかが持つて上るのであります、是が非常に怖ろしいのである、下水を完全にすると云ふことは十分注意をしなければなりませぬ、其他は病氣が出來ますれば豫防とか消毒とか皆な警視廳とか區役所とかから消毒をする爲に人夫共が來る其時には斯う云ふことが必要である、何うぞ十分にやつて下さいと皆さんからお賴みする方が宜いのであります、彼んな人夫などは唯日給だけ貰へば宜いのであるから、成たけ疎漏にして勞を惜んで二時間働くよりは一時間で濟ます方が得でありますから、仕事は疎漏になる其上往々家族の人は消毒と云ふことは大嫌な向きがある是は大變な間違で消毒の面倒やら外聞の惡いやらを考へて若し人間の貴重なる生命を考へぬ人があつたら之れは間違であります、それであるから人夫などにはお茶の一杯も餘計に飲ませて成たけ叮嚀になるたけ十分に行つて下さいと言つて行らせる方が宜しいのである、是が公衆的豫防であります。

次に家族的の豫防であります、家族的の豫防と云ふのは皆さんが一番必要の要路に立たなければならぬのであります、先表向きの衞生と云ふと八ケましくなりますが、先づ第一に水の注意で河水や井戸水と

違つて水道の水を使つて居るからと言つて油斷をしてはならぬのである、水道の水はもと〳〵清淨なものではあるが是を使ふに汲置いた水を使つては何んにもならぬ、それは何故かと言ふと汲置いた水の中には鼠は水を飲みに來り又は尻尾を引くこともある、其鼠は何處から入つて來たかと言ふと緣の下や厠を歩るいたりして來たところの鼠が上に登つて其尾に種々の黴菌を著けて來るのをそれを又水の中に入る、其水を知らずに用ゐるから其病に罹るのである、それであるから汲置なぞを使はぬやうにしなければいけませぬ近頃段々婦人の職業が外に奪はれて仕舞つて、昔は綿から絲から皆自分の手で紡いでさうして著物を織つて、裁つて縫つて著たものでありましたが、今では自分で拵へるのではなくして金さへ持つて三越や白木屋に行くと立派な著物でも何でもある、それに寸法書をやつて拵えて下さいよと言つて賴んで來ると其の儘著らるゝ樣になる。又勝手向きの方はなんでも女中に任して置いて女中が料理をする、御婦人方はそれを唯召上るばかりであるから御婦人の仕事が段々減つて來るから困る、そこで生命に大關係を持つ所の調理だけはなるだけお手づからなさる樣に願ひたい卽ち原料を買つて參つて料理なさつてお食りになる分にはたとへ原料はどうあつても大抵は差支へない、ところが敎育の無い方になると却々さうはいかぬ、皆さんから模範を示して戴かなければならぬ。一番大切なる事は蠅と鼠の中中汚穢ない處を通つて又綺麗な處に登つて來るのを防がねばならぬ事であります、先づ蠅の事を說明致しましたらば鼠は直ぐ解ると思ひます。今蠅を捕へて黴菌を繁殖せしむる材料卽ち培養基の上を匍匐しめて、後之を溫かき所に置いて見ますれば蠅の足跡の通りに種々の黴菌の生へて來ることは御覽の通りであります。(標本を示す)

蠅の足に黴菌の附著し居ること斯の通りでありますから況して鼠の足に於てをやであります、特に近來の硏究によれば鼠は好んで人糞を喰ふものであるぞ

うで其の足で上つて來て食器を蹈み付け其齒牙で食物を喰ふのでありますから誠に險吞極まるものであります。

斯んな蠅は澤山の黴菌を有つて來るものでありますからこれで蠅と鼠の家族衞生上に大關係のあることも御分りと存じます其家族的衞生の注意の點に就いても食物を入れ置く場所などには蠅や鼠の入らないやうに能く注意して戸棚は小さくとも武力や亞鉛を張るとか或は金網を張るとか云ふやうにして御造りになるのが宜い、又食物は必ず蓋のあるものに入れて必ず蓋をして置くこと箸は必ず箸箱に入れ茶碗や椀は必ず伏せて置く樣にすること等女中を御監督して戴きたいのです、それからお茶碗を拭ふにしても濡れた布巾で拭ふては何んにもならないのである、其事は後でお話致しますが、其布巾ばかりでない、庖刀とか俎とか云ふやうな物でも能く乾かして使はなければいけませぬ、布巾などは五枚も十枚も澤山ある方が宜いので、代り番こに使ふ方が宜いのであります、折角布巾で拭いても濡れたものを用ゐれば却て黴菌を塗るやうなものである。

今此處にお目に懸けるのは濡れた布巾と乾いた布巾の標本であります、(標本を示す)濡れた布巾は御覽の如く多數の黴菌を含有して居つて之を一夜も放置しておけば菌は一層其內に繁殖するのでありますが之に反して一寸三十分か一時間之を日光に當てゝ乾かせば其の黴菌の多くは死滅して仕舞ふ故に御覽の通りに黴菌が減じて居りますそれであるから洗つた茶碗を濡れて居つた布巾でふけば却て黴菌をぬり付ける樣なものでありますから代り〳〵に乾かして使用致す樣に女中供にお示しを願ひたい。

それから俎とか庖刀とか云ふ物も濡らした儘にして置くと木の目に腐が殘つて、其腐れた木の目に黴菌が生じますから夫等も能く日に當ててお使にならぬと言ふと色々な黴菌が繁殖して來る、而して鼠や蠅の足や嘴に持つて居る黴菌は種々にして一々病原菌とは限らぬが其內には又病原菌のあることもある

から注意せねばならぬのです、ふきんや俎板の上のものも同様であります世の中が文明になるに從つて病氣に罹り易くなると云ふのはそれは注意を怠るからである、文明と人間の弱いと云ふことは關係のないのですが忙がしくなると言ふと兎角に注意の方が怠りがちになるもので此點は御婦人方に十分に御注意を願ひたいのであります、デ凡そ家族的豫防法が濟みました。

今度は個人的豫防法であるが是は前の通り食り物や何かに注意なさるのは勿論の事、殊に御注意を願ひたいのは暴飲暴食と云ふことが宜くない、何故惡るいかと言ふと、胃液を薄めて仕舞ひますので、其胃液が薄まつて行くと前にも申上た通り病菌を胃中にて殺すことが出來ずして直ぐ腸から體の中に廣がらして仕舞ふやうになる、また暴飲暴食の後には能く加答兒を起す、彼れは胃加答兒になれは胃液の分泌が少くなつて粘膜に黴菌が着いて食物が醱酵して下痢を起す様になる、之れから慢性の胃腸加答兒とかになり從つて種々の病氣にかゝり易くなる、次に注意すべきは氷を食ることであります氷自身は左程惡しきものに非ずとするも氷の取扱方及びコップの洗ひ方及び雜せ物の不潔なる等より自然に氷水等は不潔にせらるることが多い、黴菌は氷水の中に混じて居つても稍ゝ暫く死せずに居るものは多い、のみならず氷を食りますと胃液の分布が止んで却て胃の運動が早くなり黴菌は胃中にて殺さるゝことなく早く腸に送らるゝ故黴菌に取つては好都合であります、氷は能く病人の方には用ゐて居るがこれは分量も極まり、醫者が監督して居るから宜しい、次に個人的豫防上必要なるは體を強くして風を引かぬやうにするのが一番宜いのであります、其風を引かぬやうにするには薄著に慣れるやうにしなければいかぬので、平生餘り澤山著物を着て居ると何時か寒さに逢つた時に困まる、それであるから是は自然〳〵と慣らして行く、寒さに逢はなければならぬ機會が何時かあるものであるから、何時何んな事があつても此

體にはチットも差支へない樣に慣して置くのは最上である、所謂健康以上の健康にして置かねばならぬのであります、寒さに慣すと同時に暑さにも餘り恐れぬ樣に慣らして置くことが必要であります。

それで寒さ暑さの方は體が大丈夫になつたとしまして其次は精神的健康でなければなりませぬ、それは何う云ふ事をしたら精神的に健康になれるかと言ふと、一番手短に一口に言ひ得ることはそれは心配をしない樣にする事であります。それぢや心配しないと云ふて呑氣で怠けると善いかと云へば決してさうではない、怠けるものは後で困ることが出來て却て心配が重なる樣になるからいかぬ、唯勉强の上に勤勉であつて如何なる心配なことが出來ましても人間の力で出來るだけの働きをして其れ以上は天と命とにお任せをして餘り心配をせずに安心をして居ることが必要である卽ち唯人力を盡して天命を待つと云ふ覺悟があれば心配が自からなくなり萬事氣が樂になつて身體も健康になるのです、從つて病氣などを怖がつてはいけませぬ、怖がらぬとて亂暴をせよと云ふではない人力の及ぶ限りの養生をして其より以上は如何な病氣に罹ることあつても天なり命なり是より先きは只信ずべき醫師の命令に從つて之に差はなければ宜しいのである是迄黴菌の恐るべきを說きましたのも只注意を促がすだけでありまして諸君が十分に注意して養生すれば其から身體が健全になり抵抗力が出來て來て最早や此の上は何が這入つても自分の胃腸では黴菌は皆殺されて仕舞ふと信じて居なければならぬ、是は病氣に對することばかりでない、社會に對すること總てさうであります、全力を盡して自分で出來るだけやれば後は天命を待つより外はない、所謂天地に俯仰して愧ちることはないのであります、それであるから昔の言にも百病は氣に生ずると云ふてあり、心配すれば病氣になるとあり、何でも勢ひを好くして居ればよい、唯自分の職業をして居つて常に一點の間違つた行がなく心に疚しい處がなければ心配はなくなる、さう云ふやうにして

成るべく心配をなくして戴きたい、幾ら考へても自分の考や心配をして髪の毛一本も伸ばすことは出來ないのである。

古語にも

「其名を正しくして其利を謀らず」

「其道を明かにして其功を計す」と云ふ如くにして自分では親に對して孝行でなければならぬ、君に對しては忠でなければならぬと云ふ樣に能く其名を正しくして道を行ふて、さうして其利を圖らぬと云ふ風でなければならぬ、其道を明にしてさうして其功を心に數へない樣にせよと申すことにて人は利害得失を考ふる故に種々の心配が起るのであるさう云ふ風にして物事をちつとも心配しないと云ふことが昔の言葉にありますが、是が養生の一番の奥義になる事であります

（完）

叢談

短坐長臥

斯樣な熟語があるかどうか存じませぬが、これは『坐はつて居るよりも横になる時間の方を多くせよ』と云ふ意であります。實はドクトルゲルプケと云ふ人が、獨逸の醫學雜誌に痔疾の事を論じて居りまする中に、坐る（椅子に）と云ふ風俗に就て、文明史上から說いて居る所が、一寸面白いと存じましたので、茲に御紹介致さうと思ふのであります。

西洋人は常に、椅子に腰掛けて居り、我邦の人は不斷坐蒲團の上に坐はつて居りますが、西洋人が今日の如く平常椅子に腰掛けて居ると云ふ習慣は、これは實は中古時代の發明なさうであります。而して何故椅子に腰掛けるやうになつたのかと考へて見ます

るのに、これは主として狹い場所の中に生活するやうになつた結果であります。廣い野原に生活して居る間は、天を仰いで臥せらうが、地に俯伏いて匍匐しやうが、幾ら大の字なりに寢て居ても、別に人の邪魔にもならなければ、手足の物に打突かる氣遣もない、けれども既に天幕又は小屋の中に住ふやうになつては、なか／＼そんな事は出來なくなる。うつかりすると蹈みつぶされまいものでもない。

昔の文明國民も、椅子と云ふものを知つては居つたけれども、特別の場合でなければ、これを用ゐなかつたので、食事をするにも、家で休息で居るにも、通常横になつて居つたのであります。野蠻人は、何か仕事をして居らぬ時は今でも矢張ゴロリと横になる。

中古時代には、椅子に坐はると云ふことは頗る稀なことで、たゞ族長の玉坐として用ゐるとか、或は高貴の御傍來と云ふやうな場合に用ゐた位のもので、家來や手下は、莚とか皮などの上に蹲まつて居つたものであります。

兎に角、前に述べたやうに、狹い家の内にも澤山の人が、都合よく住へると云ふことが、坐はるやうになつた主な原因で、それから是非坐はらなければ行儀が惡い、不體裁であるといふ習慣風俗となつたのでありますが、これには衞生上より申しますと、横臥して居るよりも善い點もありますけれども、坐はることの良くない點が尠くない。

第一、椅子に腰を掛けて居りますと、立て居ると同様に、脚の方から返つて來る血液の流が困難であります。これは手で見れば直ぐ解ることで、特に男の腕に就て觀ますとよく解ります、卽ち腕を垂れますと、見る／＼靑い太い筋が皮下に現はれて登ります、これが卽ち靜脈で、血液が手の尖から心臟の方へ歸る血管であります。それで腕を垂れますると、血液は上の方に逆上らなければならぬので、流が困難になり滯りますから、血管が膨れて、太い筋となつて皮下に見える譯であります。今その腕を上げる、

即ち手を頭の上に持つて行きますと、今迄恐ろしいやうに張り詰めて、蜿蜒として居つた靜脈管は、忽ち影を潜めて、僅かに細い青線として見えるのみであります。脚の靜脈管は、手の靜脈管程には能く現はれて見えませんけれども、その位置に依て、靜脈血液還流の或は妨げられ、或は便利にされることは腕と同様であります。彼の車夫或はその他の勞働者の腓腸部に蔓のやうに、或は蛇のやうに、うねく〳〵として青筋の著しくもつれて居るのを能く御覽になることがありませう。あれは只今申上げたやうな譯で、立仕事をするものは、腓の靜脈血の還流を妨げられます爲に、血管が膨れて、その壁は薄くなり、甚しきは破れて、常に彼のやうな狀態となるのであります。即ち靜脈怒張或は靜脈瘤と稱するもので、時とすると大出血を來して死することもあります。又その血管の膨れた所に石灰の様なものが出來て、所謂靜脈石など丶云ふものを作ることがあり、その他種々の障碍が起ることがあります。他の原因も加はりますけれども、彼の痔核と云ふものも矢張これと同じ種類のもので、靜脈の一部分が膨れるのであります。

脚の靜脈の還流を妨げるのは、必しも立て居る時ばかりではない、椅子に腰を掛けて居るのも、略ぼ立坊と同じ位脚の血流を妨げます。それのみならず、立て居るものは動きますけれども、椅子に腰掛けて居るものは、運動しないのですから、一體に血液の循環も鈍く、且つ便秘するので益々痔核などが起り易い、實際痔核は、坐業の人に多いのであります。

女工などの終日立て仕事をして居るものが、別に脚氣病とか、腎臟病とか云ふ譯ではなしに、脚に浮腫の起るものがありますが、これも全く立つてばかり居る爲に、一は脚の靜脈血の還流が妨げられ、一は血の重みに依て自然浮腫を起して來るのであります。

尚ほ平生、椅子に腰掛けて居ること、又立て居るこ

とが、他の身體器官に有害の影響を及ぼすことに就ては、これ迄餘りやかましく申した人もないやうですが、確に色々の害があります。殊に腦に害がある、坐つて頭ばかり遣つて居る人に能くある所の神經衰弱症などゝ云ふ病氣に關しては、終日椅子に倚つて居ると云ふことが大に關係して居ると思はれる。それならば、立つたり、椅子に腰掛けたりせずに、純粹の日本風に坐はつて居るのは可からうと云ふ説になりませうが、これ亦衛生上頗る感服の出來ない方法であります。脚部の血行の良くないことは申す迄もないが、膝を強く折曲げて、膝から下の脚を敷物にして、その上に全身の重みを載せて置くのですから、その宜敷ない、無理な方法であると云ふ批難は免れません、而して餘程注意しなければ姿勢が惡くなり易い。我邦の人の脚の發育が惡く、膝が緩むでがく〳〵することは有名なもので、歐洲人などに較べて見ますと著しく分かるのであります。殊に婦人に至つては脚が捻れて、その長さも西洋婦人に比して割合が多少短かい。それで坐蒲團の上に坐はつて居る時は立派であるが、立て、歩く時になると、その姿勢は殆ど成て居らぬと云ふても可い。纏足の支那婦人の歩き方に比しては、頗る善いが、歐洲婦人とはとても一緒に竝で歩けない。尤も長い御召物を澤山著重ねて、大きな重い帶を幾重も卷いて、背一杯に結んで、座敷の中だけをそろり〳〵と歩く分には可い、又馬車や車に乘れば外を歩くにも結構ですが、普通の女として大道を歩くには、丸で姿勢が整ふて居らぬ。況や彼の繪畫のモデルには日本婦人は、とても駄目だと云ふことである。何もモデルなどに成らなくとも可いが、これで見ても我邦の婦人の體格、特に脚の發育、姿勢が如何に不良で、不美術的であるかゞ分かると思ふのであります。少々話が片寄りましたが、兎に角坐はることも衛生上餘り結構な方法ではありません。然ればと云ふて男も女も悉く胡坐をかくと云ふことも、今日では一寸六かしい、且つ坐禪のやうに姿勢を正すことは餘程困

難である。然らば衛生的には如何なる方法が最も善いかと云ふに、寢る卽ち横はることであります。一方に於ては、衛生上運動と云ふことが頗る必要なことで、これに就ては、毎號の本誌上に於て屢〻お話があるやうですから、別に申上げる要もない、茲には反て横になつて、ゆつくりお休みになることをお勸め致すのであります。但しこれは運動することに反對するのではありません。運動は是非必要なのであります、寢ると申しますのは、立つて居ること、椅子に腰掛けて居ること、乃至据わつて居ることに對して、横はることが、衛生上宜しい方法であると申す迄のことで、決して食べたならば、その後は寢て暮すが善いと云ふのでありません。これについて思出しましたが、一休上人で御坐いましたか誰でしたか確とは覺えませぬが、蓮如上人に手紙を遣つた、その手紙の文句は奈何ことが書いてあつたかと申しますと『あれして、これして、これして、あれして、あれして、これして……』と書いてあつたさうであります。そこで蓮如上人も早速返事を出された、その手紙の文面は『くつちやね、くつちやね〱………』と云ふので、ものゝ二間もある長文の手紙であつたさうであります。これはまあ、眞實か虚假か存じませんが、實際世の中には『あれして、これして』の人もありまするし、又『くつちやね』の方の人もあります。これは確かに人間生活の兩端を言表したもので、誠に面白い話でありますが、衛生上から申しますならば、『私はくつちや、あれして、ね、ねちや、これして、ね』と云ひ度いと思ひます。但しこの『ね、ね』はあながち惰眠を貪ることではありません、椅子に腰を掛けたり、立たり、坐わつて居るよりも、ね横になるであります。

犬でも猫でも御覧なさい、少し身體の加減が惡くなりますと、動物は凡て横になつて靜に致して居ります。腕白な惡戯盛の小兒で、暫時もぢつとしては居らぬ兒でも、少し熱でも高くなりますと、叱られませんでも、不思議な程大人しく寢て居るものであり

ます。これは畢竟横になつて居ることが、最も安樂な方法で、身體の爲に最も好いから自然にこの位置姿勢を取るやうになるのであります。凡て病氣の時は寢るのが最も良い、少し重くなれば是非自然に寢ざるを得なくなるのであります。實際治療上に於て、安臥、安靜、就褥療法と云ふものは餘程大切な治療法の一つでありまして、通常重い病氣でなければ、餘り醫者の方でも就褥を命ぜず、病人の方でも容易に寢ては居らぬものでありますけれども、安臥の效能の著しい所から見ますると、私はまだ〳〵この安臥の範圍を廣める必要があると思ふのであります。これには隨分贊成のお方も尠くないことゝ信じます。特に學者や商法人のやうに、終日椅子に腰を掛けたり、坐わりづめにして居る人などは、晩になつて暇になつてから迄も坐わつたり、椅子に掛けたりせずに、運動するなり或は横になることが必要であらうと思ひます。米國人は、寢椅子とか藤椅子など云ふものを利用して、能く實際に安臥の機會を應用して居るやうに思はれます。

これに就てドクトルクリッヘと云ふ人は、ある雜誌に面白いことを書いて居ります。即ち未だ開けない所の自然人種は、今日でも矢張据わるよりも餘程横になることを好む、而かも背を下にして、即ち仰臥するよりも、腹を下にして寢ると云ふことであります。古代の人間は、物を食べる時には腹匍になつて食べたものなさうであります。倘ほクリッヘ氏はこれに關して面白い說を述べて居りますことは、一體昔の人間が何れも立派な姿勢をして居り、その身體の柔軟であつたと云ふものは、恐らくまた、是に本く所もあるではなからうかと云ひ、又男も女も腹の膨れた蛙のやうな格好の人間が繪畫の上に現はれて來たのは、中世期の終頃からであると云ふことは頗る著しいことである。腹を下にして寢て居れば、適度に腹が壓される爲めに物を食べるにも過度に胃を充すやうなことはなく、又不格好に腹の突出るのを豫防すると云ひ、終に目下の居室問題に就て、宜し

く安臥の出來る實用的の家具を作れと云ふて、勸めて居ります。

便祕

便祕とは大便が通常の如く出ないで、醫藥其他醫師の治療を受けて始めて出るか或は數日の間を置いて漸く出るものであります、元來人は毎日一回は便通のあるものでありまして、多くは朝とか或は夜とか便通の時刻が一定して居ります、併し健康な人でも二日目、三日目毎に一回或は一日に二回三回位時刻を定めて通便するものもあります、けれども三日目に一回とか一日三回などいふのはもはや健康だとはいはれぬのであります。

便祕症の爲めに困つて居らるゝ人は世の中には少くありません殊に婦人、女學生などは、一は日本の習慣によると、一は其の生理的關係とより便祕症に罹るものが多いやうでありますから、一般に人の注意すべき事柄を大略を述べ素人に出來る治療法を簡單に御話いたしませう。

便祕の原因は甚だ色々でありますが、此れを列擧して見ますれば次の通りであります。

一、便祕と食物との關係

食物中水分を攝る事が少ければ便祕を起す事はいふ迄もありません、でありますから飲用水に缺乏せる土地或は善き水のない土地の住民は水を飮まない樣にする爲めに屢々便祕にかゝる事があります。

植物性食物は腸を刺戟するものでありまして、其の運動を促すから便通をよくするものでありますが、あまり續いて之を食します時は不消化成分は腸內に停滯して便祕を起す事があります、之に反して植物性食物少くて、肉食ばかりして居る事は胃腸を害するものでありますから、何れにしても偏する事は宜しくありません、牛乳は人によりまして或は便祕を起し或は下痢を起します。

茶、咖啡、チヨコレート、カカオ、葡萄酒等は其中

に丹寧酸といふ物質を含んで居りまして、便祕の原因となります、此丹寧酸は下痢を止めるに用ゐらるるものでありまして、タンナルビン、タンエーゲン等は皆丹寧酸と他の物質との化合物であります。生薑、葛湯、粥汁などは他の食物を包みて腸壁を刺戟する事を妨ぐものでありますから、之れも亦便祕の原因となります、輕症の下痢は葛湯をもつて治癒するものであります。

二、運動と便祕との關係

身體の運動は腸の運動を促進して便通を催します、腸は通常極めて緩漫な運動を致して居るものでありまして、之によりて、腸の内容は上より下へと流れ行くのであります此運動を蠕動と申します、身體の運動は又呼吸が強くなりますから横隔膜及腹壁は強く働きまして、腸の運動を一層大ならしむるのであります、卽裁縫を職とする人、靴師其他坐つて仕事をする人筆を執りて生活する人等には便祕が多いものであります。又滊車、滊船に長く乘つて居る人にも便祕が起ります、都會の人は田舍の人よりも一般に運動が少いからして便祕が多いものであります婦人女學生などに便祕の多いのも一部は此の爲めであります。

之に反して餘り劇しく運動をする時は呼吸が盛となり肺臟から多くの水分を失ふと共に身體の表面からも發汗によりて多量の水分を發散いたしますから、腸の内容の水分を多く吸收するやうになり、糞便が堅くなつて便祕が起ります。

三、便祕と習慣との關係

高貴の人、婦人等は交際上他人と談話して居る時に便意を催しても厠にゆく事を恥ぢ、之を抑制して居る爲に、之が習慣となつて便祕を起す事があります、之は交際社會に立つ人にはやむを得ない事であるが少し注意すれば避ける事が出來ます、其外他の仕事中に便意を催した時ごとに耐へる一種の怠惰な習慣の爲め便祕を起す事があります、凡て便通を催した時は之を耐へる習慣は宜しくありません、又痔のあ

る人が出血を恐れて便通を抑制し、便秘を起す事があります。

四、精神作用も便通と關係を有します

憂鬱、卽ち心配、苦勞等は、總ての身體機官の活動を鈍くするものでありますが、腸の蠕動も同時に鈍くなりまして便秘の原因となります、之に反して精神が興奮した時には下痢を起す事があります。

五、發熱も亦便秘の原因となります

此時には肺及皮膚より水分を失ふ事が多いのと、食量の減ずるのと一つの主な原因をなして居ります、又熱のある人の運動の少い事も便秘を助けるものであります。

六、腸管の狹くなる病氣

は便秘を起すは申す迄も御座いません、如何にして腸が狹くなるかといふに、其原因は二通りあります、一つは腸管の外に何か病氣が起りて、腸管を壓迫し、之を狹めるものでありまして、妊娠した子宮、子宮、卵巢等に發生した腫物、腎臟肝臟胃等の腫物、などは皆腸を狹めて便秘の原因をなす事があります。

原因が腸管内にありますものは、又種々ありますが、最も多いのは腸管内の異物でありまして、糞便が水分を失ひ、堅くなつて腸管を閉塞する事もあります、又石となつて腸内の通路を妨げる事もあります、時としては廻蟲の樣な寄生蟲の澤山集つて、腸を閉ぐ事もあります、又精神病患者は種々の物品を嚥み込んで其れが腸に止りて便秘の原因をなす事があります。

腸の腫物殊に腸の癌腫は腸管を狹くし便秘を起すものでありまして、遂には生命を奪ふべき恐ろしき病氣であります、其他盲腸炎も腸管を狹めて便秘を起すものであります。

（以下次號）

腕の衞生

我邦の婦人は、顏のお化粧については、隨分氣を揉

みますけれども、腕のお化粧は餘り注意しないように見受けられます。西洋の婦人は御承知の通り、何處から何處まで包み隱して、日本人の胸を露すのは何うの、脛を出すのは野蠻だのと勝手な雜言を吐きますが、その癖、女は否、貴婦人が腕を丸出にして自慢して居るのは餘程妙なことで、これは野蠻でないものと見えます。それで近頃は日本服、否日本袖と云ふのが大分流行して來たらしい。それは一つは、その腕を見せるに便利な爲に、卽ち野蠻ならざる日本風に歸依たものと云ふて可からうと思ひます。さて斯うなつて參りますと、何でも東西流行の交換で、日本風が西洋に流行つて、その燒直しが亦逆に日本に舞戻つて、一種の流行となると云ふ風でありますから、愈々西洋婦人が日本婦人の粹な所に氣が付いて緋縮緬の袖口から眞白な艶々した腕を見せることが流行して參りますと、やがて日本婦人も、なる程、そう云へば、これは元來なか〳〵馬鹿にならぬ粹な風であつたわいと、急に腕を捲り上げて、衣は肘に至りませんでも袖腕に至ると云ふようなすばらしい風が流行つて、襷がけの女中さんなどが大得意の時代が來まいものでもありません、さあそうなりましては、この腕の衞生、腕の養生、腕のお化粧は顏のお化粧と共に、頗る大事なことになつてまゐります、尤もこゝ數年の間に、そうもなりますまいが、二十一世紀のお化粧法として、只今から研究致して、置くのもよからうと思ひます、これはまあ戲談と致しましても、我邦の婦人の服裝では、實際腕までも、程よく見へるのでありますから、もう少し腕のお化粧に注意してもよからうと思ひます、お顏だけが立派にお化粧が出來て居りましても、一寸したはづみに袖口の處から、顏に似合はぬ大きな腕が見へたり、或は艶のない、妙に黑く萎縮したやうな腕が見へましては、大に器量を損する譯であります。女の腕の穢ないのは、眞に醜いものでありますが、それだけ亦綺麗な腕は美なるものであります、徒然草に、久米の仙人が、物あらふ女の脛の白きを

見て通を失なふた、と云ふことが書いてあります、そうして兼好法師は、これに『まことに手足膚などのきよらに肥え膏つきたらんは外の色ならねばさもあらんかし』と評をして居ります、これは足ですが、腕などのきよらかに肥え膏つきたらんも、その美なる點に於ては決して劣るまいと思ひます。

婦人の腕の大部分の缺點は、理に適ふた養生法に由つて、大に改善することが出來るものであります、普通婦人の腕の美養生の缺點と致しましては、餘りに肥つてデブ〳〵して居るのと、餘り瘦てコチ〳〵して居るのとの二つでありませう、その脂肪の多すぎるのに對しては、種々の方法が講せられますが、然し何れも多少缺點があるやうでありますから、餘りお勸めは出來ぬのであります、これに反して腕の肥り過にも、瘦すぎにも、若し理に適ふた方法で適當な場所に、適度に殊に規則正しく行ひますならば、マッサージと云ふものが最も大なる效能があるものであります。

次によくある婦人の腕の缺點と致しましては、皮膚のザラ〳〵して居ることでありませう、これを防ぎますためには、顏の皮膚と同じく、手柔らかに、注意深い養生法が必要なのであります、顏の皮膚は、種々なる化粧水などをもつて洗つたり、つけたり致しますが、腕の皮膚も同樣の恩惠に預からせたいものであります。

それから腕の皮膚とても、決して餘り熱い湯や、餘り冷たい水で洗ふてはなりません、殊に必要なことは洗つた後では何時でもよく注意して拭き乾かすことであります、それで腕の皮膚の、あらくなるのを防がうと思ふならば沐浴の後には、必ず腕を乾かすやうにすることであります。

又腕のいやに赤い人がありますが、これには種々の原因がありますけれども、兎に角これは血液循環の障碍に由るのが最も多いのであります、卽ちひどく冷めたくするとか、ひどく熱くするとか、または狹い手袋をはめるとか、窮屈な筒袖などで腕がしめら

れるとか、西洋婦人ではコルセットの壓迫、と云ふやうなことに歸するのであります、然し他の原因でもつて腕が赤くなつて居ります時には、通常單純のよいクリームで療治することが出來ます、家庭藥として毎日塗り込んでよろしいものは、扁桃巴斯多と云ふ揑り藥と蜂蜜を等分にまぜたもので、これを極少しづゝ塗るのであります、又腕が非常に赤くザラ／＼して居る人は暫時の間、グリセリンと薔薇水と亞鉛華とを、混たもので洗へば效能があります、然しこの藥は永く用ひてはいけません、概に腕が綺麗になりましたら、前に述べたやうな單純な方法にもどるのであります。

鼻の話（承前）

鼻のつまる原因

には色々ありまして、其原因により種々の病名をもつて居ります、一寸風邪にかゝつても鼻の粘膜が腫れる爲め鼻内の通路は妨げられます、又勉強し過ぎた時、酒を飲んだ時頭を下げて長く仕事した時等にも鼻の粘膜に充血して、鼻がつまります、然し此等は多くは一時的でありまして、其原因がなくなると直ぐなほります、感冒にても數日の後には濃い鼻汁を排出してなほるものであります。

之に反して前に申し上げました所の鼻甲介や、中隔等に異狀が起つた時、鼻茸の發生した時、副鼻腔内に蓄膿した時、アデノイド增殖症に罹つた時等には鼻はたえずつまつて、完全に風通しよくなる事はありません。

肥厚性鼻炎

と申します病名は、近項耳鼻咽喉科の隆盛と共に、世間に知れ渡つた名でありますが、此れは實に靑年學生の鼻閉塞を起す主なる原因であります、此れは鼻がつまるものでありまして、初期には粘膜が腫れて居るばかりでありますが、段々と骨も大きくなります、其故はじめには藥を塗布すれば腫れがなくな

りて、鼻が通つて參りますが、骨が肥厚してからは藥をつけた丈けでは鼻の通りがよくなる樣な事はありません、切り取るか或は電氣で燒くかしなければ治らぬのであります、所で之を切るにも程度がありまして、あまり切り過ぎますれば鼻は廣過ぎる樣になり、鼻の任務を失ひ口で呼吸する樣な結果を生じ、且つ鼻や咽喉が乾いて困る樣になります、此れは實に醫者の熟練によるものであります。

肥厚性鼻炎は如何して起るか

其の原因は種々ありまして、一樣にはありません、或は度々感冒にかゝり、其都度鼻粘膜の腫れが殘りて肥厚するのであります、學生に多いのは過度の勉强の際に起る充血が原因をなすのであります、其他何によらず、一時的に鼻をつまらせる樣なものは皆肥厚性鼻炎の原因となります。

鼻中隔にも種々の病氣がありまして

鼻のつまる原因となります、就中中隔の曲つた者は最も多いものであります、抑々此中隔は小兒殊に乳兒にては皆直立して居りますが、成年となるに從つて打たることか或は口の中の變化とか其他知られぬ種々の原因によりて多少曲がるものであります、獨逸のツッケルカンドルといふ人は歐洲人の骸骨に就て檢しましたのには二百六十三人の中で中隔の曲つて居るものが百四十八人卽ち半數以上でありました、然るに非歐洲人の頭骨では九十二の中二十四丈け曲つて居りました、其故此の中隔の曲つて居るものは文明人に多いものであると申しました、併し、我日本人の鼻を見ますのに、中隔の眞直な人は至つて少いものであります、故に

中隔の曲るのは必ずしも病氣といふ事は出來ません

其の屈曲が强度になりますれば、鼻がつまりまして種々の障碍を起すものでありますから、此れは專門醫の治療を要するものであります、中隔には此外にも鼻のつまる原因となる病氣が澤山ありますが、此所には略しておきます。

鼻茸とは何か

諸婦には鼻茸といふ妙な病名が別に珍しくは感ぜられぬ事で御座いませう、鼻の中の茸とは如何な茸かとは不審の方も御座いませうが、此れはふは〳〵した圓いできもので、丁度茸の樣な形をなして居ります所から鼻茸と名けたのであります、其れが澤山生へて居るのを見る時は丁度團子が澤山つめ込まれてある樣に、全く鼻腔内に充滿して居ります。

鼻茸の療法は取りてしまふのみでありますが

少しでも根が殘つて居れば數週或は數年の間に再發致します、人によりては何度取りても再發して容易に全治せぬ事があります、斯樣な人は外に鼻茸をつくる原因があるのでありますから、其の根原を一掃せねばならないのであります。

此外鼻の閉塞を起す疾病は澤山ありますが、學齡兒童に起りて、最も害毒を流すものは

アデノイド增殖症或は腺樣增殖症

といふものであります、此れは鼻と咽の間の鼻咽腔といふ所にある、扁桃腺といふものが大きくなる病氣であります、扁桃腺とは咽頭の至る所にありまして、體内に入る門口の番人の樣な務めを有し、此所に附著した有害な黴菌を捕り殺す任務を有して居ります。

故に大に必用なものでありますが、此れが過剩に大きくなると又害となります、其咽喉部のものが大きくなつたものを特に扁桃腺肥大といひ、鼻咽腔にあつたものをアデノイド增殖症と云のであります。

アデノイド增殖症は又、鼻のつまる原因ともなりますから、從つて前に申しました樣な鼻閉塞により起る種々の障碍を起します、殊に之れは學齡兒童即ち七八歲より十五六歲の間に最も多いものでありまして、其の爲めに智的發育の障碍さるゝ事は著しく、或るものは記憶力缺乏し、計算は出來なくなり殆ど痴愚の樣になります、又或るものは感情が鈍くなりまして、悅ぶ事も笑ふ事も又悲しむ事もなく一

日茫然として居るものもあります、又之に反して感情興奮し易く何事にも直ぐ怒り直ぐ泣き殆ど手のつけられぬものもあります、或は我儘が増進して誰が何と申しましても、自分の一念を通して他を顧みぬ様なものもあります。

何れにしてもアデノイド増殖症は、其の小兒の性質を甚しく變化せしむるものでありますから、愛兒をもつ父母は最も注意せねばならぬものであります。

アデノイド増殖症のある小兒の容貌

は又一種特別の容貌をなして居りますから、熟練した醫者は其の顔を一見すればすぐ診斷をつける事が出來ます、即ちかゝる小兒はいつも口を半ば開きて呼吸し、二枚の門齒は前方に向ひて突出し、頬は割合に長く額及び眼は少しく曇りを帶びて居ります、注意力は減じて何所となく「ぼんやり」して居ます。

アデノイド増殖症は自然に治癒す

此のアデノイドの増殖症は小兒にのみあるものでありまして、廿歳以上の人には殆ど御座いません、又小兒の時は確かにアデノイドがあつた人でも成年に達しては消失するものであります、でありますからアデノイドは打ちすてゝおいても生命を危くする様な事はありません、之れを療治せねばならないのは、其の性質を變化して愚かならしむるが爲であります、其の知識の最も速かに開發さる可き少年時代に於て、其の發育が妨げられたならば、成長して後假令アデノイド増殖症其物は全治したとしても、開發せられずに止つた其の人の知識を増進するには既に遲いのであります、然らば幼時に於ての親の不注意は、其愛兒を生れもつかぬ鈍物たらしめたといふべきものでありまして、其子の人に劣れるは其の子の罪にあらずして親の罪なのであります、世には自分の不注意を覺えずに其子の不成績をのみ責むる親は少くない事だらうと存じます、然らば

アデノイド増殖症の療治は何時すべきか

それはいふ迄もなく、其の病氣のある事を發見したならば、直ぐ之を除去せねばなりません、其手術は極めて簡單なもので殆んど危險のないのでありますから、何も躊躇するに及びません、併し、あまり幼少なものには、小兒が醫者の注文に應ぜぬので困難な事もあります、併し、其の樣な時にも數回練習して居る間に出來る樣になります、若し、又他に全身の病氣がある時は此れは延期せねばならぬ事かあります。

手術の結果は

多く良好でありまして、多くは手術後數週或は數ケ月で變化した性質も恢復し、記臆力、注意力も增進し、今迄學級中の最劣等のものは優等とまでなくも、普通の成績を得るに至る事は疑もありません、身體の榮養も良くなり、蒼白なりし顏色は活氣を帶び、神經質なりし感情は靜穩に歸へります、然し時としてアデノイドは再發する事があります此れは殘つた組織が再び增殖したものでありまして其結果は前と同種でありますから之れも發見したならば直ぐ取り去らねばなりません。

（以下次號）

美容法（承前）

凡て病氣となれば、これは醫師に就て治療を受けるのが當前ですから、髮の病氣につきましても、餘り六ケしいことは申上げません、只だ最も普通にある一二の疾患についてお話致すに止めようと思ひます。

先づ第一に女の髭、これは病氣と云ふ譯でもありませんが、婦人に取つては、頗る美貌を害するものであります。併し一時は脫毛藥で以て除くことが出來ます。その處方を一つ擧て見まするならば、硫化バリウム一〇瓦、酸化亞鉛及澱粉各五瓦、これを水にて濃い粥位に捏つて、ナイフの峯の厚さ程に、その贅毛の生へてる部分に塗布して、約五分乃至十分の後に注意して洗ひ落し、その後にクリームを塗つて置くのであります。所で毛は又忽ち生へて參りま

す、のみならず前よりも一層濃くなつて、爲に益々美貌を害するやうなことになり、尙ほこの脫毛藥を屢々用ひますと、その刺戟に由て皮膚に發疹を生じます。それでも此の脫毛藥が先づ比較的害が少ない方です。と申した所で何れ醫師の書方に依らなければお求めになる譯には參りません。唯だ兎も角も贅毛を除く藥が無いでもないと云ふことを申上げたに過ぎませんので、丁度困つて居る所に斯樣な書方が見附つたと云ふて、直ちに試られむことをお勸め致す譯では御座いません。賣藥にもこれに似寄つたものがあります、けれども皮膚を刺戟することはもつと甚しいものが多いのです。若し眞黑な毛でしたら、五%のペルナトロール液(メルク)を屢々つけて色を薄くして目に立たぬやうにすることが出來ます。何時までも生へぬやうにするには、電氣や、X光線を用ひなければなりませんが、何れにしましても、この贅毛の療法は、餘程困難なものであります。

最も多い髮の病氣で、又最も美容上に關係しますのは毛髮の脫落であります。一體髮の毛には一定の壽命がありますから、何も病氣が無くとも、每日幾本かづゝは拔け落る譯であります、その拔け落る數は年齡に依つて、又髮の養生如何に依ても大に差がありますけれども、平均先づ每日五十本程づゝ拔け落る割合になつて居ります。髮の毛がその毛囊の所で枯れて落ちるのは、これは早く落ちるやうにした方が可いので、前に述べました如く、男なれば齒の密な櫛で以て梳き、女では手で以て梳き捌へて除くやうにすれば宜いのであります。

病的の脫毛は男にも女にも起りますが、女よりも男の方に多く、盛に禿て來るものであります。而して男の方では適當な治療法を施しましても割合に效能が少いのですが、女の方では、大概著しく治療の效果が現はれるものであります。と申しましても、この療法を行ひますには、餘程考へなければなりません、何故かと申しますに、脫毛の原因と云ふものは實に種々なものがありまして、從つてその治療法も

夫々異る所があるからであります。

脱毛につきましては、藥店、化粧品商は申すに及ばず、時々學者の名を以て生毛藥や毛の生へる方と云ふのが盛に廣告され吹聽されますが、頗る疑はしいもので、往々害になるやうなものもあり、然らざるまでも無用のものが多く、只稀に適當なものに偶然ぶつゝかることがある位のものであります、勿論商賣的に製られたものゝ中には、何れの場合に用ひても頗る善いものがありませう、あるに相違ありません、但しそれが是非必要なものであるかどうかは頗る疑問であります。私は、斯様なものが無くとも、極く古い單純な方法で大抵間に合ふことゝ思ひます。

元來一般に脱毛を防ぎ、頭垢を除き、髪を能く生やすと云ふような藥は御座いますまい、あり得ない筈です。併しその各の患者に依り又その目的に依て色々と應用法が異いますから、その場合を明かにして、特別に骨折りましたならば、多少その目的を達せられるでありませう。

これ等の目的に應用される方法は、なか〳〵澤山ありますが、玆には只簡單にその一つ二つを申上げて置きます。先づ第一に擧げなければならぬのは、電氣及びX光線の應用でありますが、これは自分で行ふことは六ケしいから別にその方法を申上げません、斯様な方法もあると云ふことを御承知になつて居れば宜しい。藥物としましてはテールが頗る良好の作用をすることがあります、特に頭垢が多くて髪の拔ける場合に效があります、これは前の方で一度お話致して置た筈です。次にレゾルチン、ピロガロルと云ふものもこれに似た作用があります。又多數の場合にはテールと硫黄の合劑が大に效能を顯はすものであります。併し斯様な藥劑は前にも申上げた通り、その場合場合に依て應用法を異にし、又加減しなければなりませんから、餘り委しい處方は略した方が可からうと存じますが、次の一方はこれは何人がお用ひになつても可し、又殆ど何れの場合にも

過當して居る方法であります。それは何かと申しますと、前にも申上げましたマッサージで、藥を塗りますにも第一、能く指で頭の皮膚をマッサージするようにして塗つけるので先づ一つ效能があるのであります。これには兩手を頭の上に置いて、強く震はしながら、前から後の方へ頭の皮膚全體を推すようにする、又一方の耳の所から他側の耳へ向つてこれを行ひ、それから兩方の手を熊手にして、四本の指を前に、母指を後にして、頭の上に置いて、額際の所から後方項に至るまで幾遍も幾遍も滑らして、尙ほ頭の皮膚を引き上げるようにしながら、能く揉むのであります。これは確かに普通の藥劑よりも餘程效があるものと信じます。

それから頭垢で以て覆はれて居る頭へ、香水香油を吹き掛けましては、幾ら性質の良い、上等の物でも一向效がありません、反て害があります。一體この髮の生へて居る頭に藥を作用させることは非常に困難でありまして、餘程熱心にかゝらなければ、何時も滿足に效を收めることは出來ないものであります。

先づ最も良い又最も效のあるのは軟膏劑でありまして、これを用うるには、能くマッサージをした上に頭の皮膚に塗り込むのであります。婦人では、何うしても一人手傳が要ります。即ちその人に頭の髮を分けて貰らつて、醫師から書方して貰らつた軟膏を十分に擦込むので、自分獨手にはなか〱思ふように出來ません。且つ何時でも藥を用うる前には度々頭を洗つて、十分清潔にすると云ふ、その準備は是非必要なことでありまして、されば豫め、明かに承知して居なければなりません。男なれば人手を借らず、至て簡單に自分で出來ますけれども、婦人では餘程困難な仕事であります。この軟膏類を用ひますには、極少量づゝ塗擦するのであります。頭に用ひます軟膏劑の基礎藥として最も良いのは、カヽオ脂一分、扁桃油二分と云ふようなものであります。今最も屢々應用されるテール軟膏の處方を一つ御紹介

致して置きます。
チール、カ、オ酪、ラノリン各等分
兎に角何等か適當の療法に依て髪の病氣が恢復致しましたならば、再び前に申上げたように規則正しい毛髪の養生法を行はなければなりません。

（以下次號）

育兒

育兒瑣談

一　耳の清潔法

小兒の耳の中に垢が積つて堅くなつて居ることがあるから、時々檢べて見るやうにするがよろしい。こんな場合には、細い軸の先きに、清潔な布片を巻きつけて、耳の入口の所で、よく廻すとされます。針だとか、又尖つたものを用ひることは、極めて危險であります、尚は注意を要することは、決して深くまで押し入れぬことであります、あまり深くまで插込み、耳に疼痛を起し、甚だしきは、鼓膜を突貫ことがある、そのために耳に炎症を起して、大事になる場合があります。

若し耳の垢が、餘り硬く附著して、容易にとれない場合には、一度、水か脂肪油で、ひたして、後にこれを除けば容易にとれる、この場合は、よく拭つて乾かして置かねばなりませぬ。

小兒が、石筆や、南京珠や、果實の核仁、小石の類を以て、遊ぶ際、これらのものを耳の中へ入れることがあります。所が中々容易に出ないので、出さうと骨を折る、骨を折るほど奥へ行つてしまう、所が不慣のものが、これをとり出さんとして、却つて其異物を深くへ押込み、さては、耳を傷けるやうなことがありますから、斯かる場合には早く醫者に診せて、然るべき處置を受けねばなりませぬ。

初生兒の耳の孔は、極めて、狭いので、水が這入て

も、容易に出てしまわずに殘つて居ます、これが病氣の原因をなすことがある。其他耳垂が始終出て、やまないやうな時には、早く醫治を請はねばなりませぬ。

入浴の際、耳の中へ湯を入れてはならぬ、また湯を以て耳の中を洗ふ必要もありませぬ。

耳の中に出來た損傷は、中々容易に治りませぬから、外聽道のやうな部分に、癤や、濕疹のやうなものが、出來ぬやうに注意することが、大切であります。

其豫防法として、ミユンヘン大學の敎授エルハウグ氏は、細き棒の尖端に、シツカと綿花を卷きつけ、これにアルコホールか、或はエーテルとかグリセリンとの等分に、ワゼリンを混ぜたものをつけ、そして外聽道をよく拭ふの方法を賞揚して居る。

二　咖啡

咖啡は、歷史前の時代に於て、既にアベツシニヤの氏が、用ひて居たと云ふことである、第十五世紀の頃、或僧侶が、アデンに輸入し、神に事へる民が、これを喫して、眠りを拂ひつゝ、祈禱を勸めたと云ふことであります。咖啡豆の歐羅巴に入つたのは、千五百五十四年のことで、千六百二十五年には倫敦に第一の咖啡店か設けられ、千六百七十一年には、マルセイユに第一の咖啡店が開かれたとのことである。

咖啡樹の實は、櫻子に似て、其中には二個の核子あり、これを咖啡豆と云ふ。

咖啡の中には、咖啡素及び咖啡油の如き成分を含んで居るため、神經を興奮し、甚だしき場合には、睡眠の妨げられることである。

小兒に與へることは、勿論よくない、大人と雖も、神經系、心臟系に尠からぬ害を受ける故、小兒には全く與へぬやうにするが好い、薄いものと雖も、始終與へて居ると、遂には、慣れて、中々廢することが出來にくくなるから、寧ろ初めから與へぬ方が安全です。

三　茶

茶は我國に於ては、聖武帝の頃より用ひられて居ると云ふことであるが、我國の茶には、三種あり、末茶、煎茶、泡茶これなり。

末茶の産地は、山城の宇治で、以前は、茲でも煎茶や、泡茶を製したと云ふことであるが、天保年間に初めて玉露を造つたと云ひ傳へて居る。

ブライトと云ふ人が、日本輸出茶の分析をしたが、其成分は次の如くであります。

水	四・六九	テイン	一・三八
抽出物	三九・四一	護謨	一〇・二九
灰	六・五六	溶ける灰	三・二一
加里	一・四一	硅土	〇・七九

右のうちテインと云ふのは、茶中の主成分で、即ち茶素で、咖啡中の咖啡素と同質のものである。

茶は、心臟及び神經系に直接の害を及ぼす、したたかに用ゆるか、強きを喫するときは、神經興奮のために眠られぬことは、大人と雖も、よく實驗する所であります。小兒に強い茶を用ゆることを馴らすのは、まことに惡い、茶に代えて、牛乳、麥茶の類を用ふるのがよい、餘儀ない場合は、極めて薄くして用ふるのです。

小兒の間食

人間は身體の榮養を經るために、一定量の榮養料を食用せねばならぬものであります、その榮養物には色々様々の種類がありますが、それを綜括して食物といふのであります、喰ふべき食物の分量は、榮養すべき身體の大小及び榮養料の需要程度に由りて、定まるべきものであります、身體が大きくて、始終身體を勞働し或は腦力を使用して居る人であれば、榮養料を需要することは、隨分多量であります、これに反して身體が小さくて、あまり勞働もせず、また腦力を使用することも輕いやうな人であれば、身體の成分や精力が、澤山消耗せられることがありま

せんから、從つて榮養料の需要も少量であります。食物の必要は生命を繼續するためばかりではなく、右に述べたやうな次第でありますから、食物を調理したり、材料の良否を選擇したり、又は食事を取る方法などは、食物の役目を遂たすことには、甚だ肝腎なことであります。

また今一つ考へねばならぬことは、人體が發育すべき時期に在るか、若くは既に十分發育して了つて、食物を取つて、生命を保存して行くべきの時期にあるかといふことであります、人體が今や盛に發育してゐる時期であれば、榮養料を澤山に使用するものでありますから、自然食物を澤山取らねばならぬのであります。身體が盛に發育する時期は、幼少の時期であるといふことは、別段申し立てる必要はありません、小兒が生れ落ちてから、二十四五歳に至るまでゞあります、それ故この時期には、澤山の食物を取つて、十分榮養料を得るやうに致さねばなりません、併し如何に、澤山の食物を取つても、その方法が不都合であれば、澤山の食物も、非常な滋養物も、何の役目も致しませんから、ここが大に考慮を要するところであります。

今日世間では、衛生上から見て、有害無益な事柄は隨分澤山ありますけれども、殊に小兒の取扱法に至つては、甚だ澤山のあやまりがあります、併しこれは理由のあることで、一概に兩親をせめることは出來ないのであります、その理由とは、兩親の小兒に對する愛情であります。小兒は無智識なものでありますから、自分の身體が大切であるといふやうな高尚な考へのある筈はありませんから、本能に從つて、無暗に食物を欲しがるのであります、その兩親となる人は、小兒の望むだけの食物を十分に與へては、小兒の胃腸を害するといふことは、克く判つてゐるのでありますけれども、小兒が泣いて訴へると可憐に成つて來て、惡いとは知りつゝも、小兒の望み通りに、菓子なり、乳なりを與へるのであります、而して小兒が食物を欲するのは、只實際空腹を

感じる時だけではなくて、何か自分の氣に面白くないことのある場合、何も遊び樣がない場合等には空腹でなくとも、食物を欲するのであります、又美しく美味らしき食物を見た時などには、單純の好奇心から、それを食べて見たいといふ希望を起すのであります、このやうな場合には、兩親は小兒の希望に反對することは、心に忍びないところでありますから、そこにある食物を小兒に與へて、小兒の喧しく云ふのを靜めるのであります、この場合にその小兒が哺乳兒であれば、先づ食物としては、母乳以外にありませんから、母は必ず乳房を哺へさせるのであります、母乳を飲ませることは、一寸考へれば少しも害に成らぬやうにありますけれども、時を定めず分量に制限をしないで乳を飲ますといふことは、甚だ良くないことであります、このやうに時を定めずに乳を與へることが、後に至つて小兒の間食の習慣を產むのであります、この間食といふことは、身體の榮養料を取るといふ點から云へば、甚だ目的に適つたことのやうに考へられますけれども、これは大變な誤りであつて、間食といふことは大變な害を致すものであります。間食といふものは、食ふべき方法を誤まられた所の榮養料であります。今その理由を述べ、次に小兒に間食の習食を付けさせない方法を述べませう。

小兒に限らず人間は、一日三度の食事で、一定量の食物を取るときは、身體を維持して行くだけには十分の榮養分を取ることができるのであります、而して食物の分量は人々の胃の大さ、食物の性質等に由つて、一樣ではありませんから、一概には云へませんけれども、一日三度の食事を致して居れば、その外には食物を取る必要はないのであります、それ故三度々々の食事の時には、適度に空腹を感じて、食べる食物は甚だ美味に感せられ、胃液腸液の分泌は盛に起つて、食べただけの食物は、皆消化せられ、同化せられ、身體の養分となるのであります、食物を取る際に、美味と思つて食るのと、厭々食べるの

とでは、食物の效能に大變違ひのあるもので、美味と思つて食べれば、胃腸の消化作用が盛でありますから、食物は皆身體の成分に變化されるのでありま す、これと反對に、空腹は感じないけれども、時刻だからマー食べて置くといふのでは、胃液、腸液の分泌が十分でありませんから、食物の消化が不十分で、從つて食物が同化されて、身體の成分に成るといふことが不十分であります、これでは折角食べたものは、却て胃腸の厄介物となつて了いまして、何も益にならないばかりではなく、身體の害になるのであります、それ故食物は何でも、美味と思つて食べねばならぬものであります。

さて間食といふことは、三度の食事以外に、菓子類果物類等を食べることであつて、今日では上下の家庭を通じて、普く行はれて居る一つの弊習でありますが、その害毒は甚だ著しいものであります、都會には胃腸病が多く、田舍にはそれが少いといふのは全く間食を致すと致さないのとに原因してゐることであります、都會の小兒は縱令胃腸病者とまでは行かずとも、一様に身體が虚弱でありますが、これは外にも原因のあることながら、間食の惡習は重大な原因であります、そして間食として食べる食品は、榮養分に富んだものでも、またつまらないものでもその結果は皆良くないものでありますから、どんな物を食べるにしても、間食となれば、良くないのであります。なぜ間食はそんなに害のあるものであるかと云ふと、大體次のやうな理由があるのであります。

人間の消化器（口の内の唾液腺、胃、腸、肝臓、膵臓等が主なものである）の作用は、一定の程度があるもので、その程度以外には出ることはできないけれども、程度以内であれば、如何様にでも作用することができるものであります、而しその作用は神經の影響を受けてゐるのでありますから、空腹を感じて食事用の神經が強い感動を受けるときは、消化器は強く作用するのであります。消化器の作用が強け

ればゞ食物は皆身體の成分と成ることが出來るのでありますから、身體は盛に發育して行くのであります、間食の習慣があれば、三度の食事以外に、胃は食物を受け取るものですから、空腹と成ることは無いのであります、それ故食事用の神經は、常に滿足してゐて、食物の必要を訴へません、そうすれば消化器の作用は極く緩慢でありますから、食物は十分に消化されませんで、胃腸ははたらき損のくたびれ儲けといふ結果に至ります、それから食事の時刻に成つても、食事を取りたくは無いのでありますから自然と食事は厭々ながら食べるやうになります、斯ふ云ふ風でありますから、常に食事をしてゐても、それが十分消化せられ、同化せられ、身體の成分に成るといふことは、極く尠いのでありますから、年中口を動かしてゐながら、青い顏色であつて、瘦せてゐるといふ有樣に成るのであります、こんな小兒は、始終げー〳〵と噯氣を出して、唾を吐くことが外の小兒よりも多く、幼い小兒ならば、涎が澤山出て一種の臭氣を帶びてゐます、世間で涎の澤山出る小兒は健康だと申しますが、これは程度問題であつて、通常の分量よりも少い小兒は、身體の全體の生理作用が盛でない證據でありますから、身體が弱いといふ證據にも成るのでありますが、無暗に涎が澤山出るのが良いのではありません。小兒の便通が不規則であつて、今日下痢するかと思へば、明日は便通がなかつたりするのは、間食性の胃腸病であります、夜間に涎を流して枕を汚す小兒がありますが、これも間食の結果胃が惡くなつたのであります、寢る前に食物を取りますと、安眠が出來なくて、夢を見るために夜尿を漏らすといふこともあります、鹽味のあるものを食べると夜尿を漏らすことが屢〻であります、これは誰でも經驗上から知つてゐることであります、學問上から申せば、鹽分が腎臟を刺戟して、尿の分泌を盛にするためであります。朝起きたときに、口中が粘ばついて、大變厭な臭氣を發することがあります、これは胃に病氣の在る證據であ

りますから、間食は一切止めねばなりません、斯く數へ上げれば間食の害は澤山でありますが、一言で申せば、小兒が十分食事を食べてゐるのに、始終顏色が悪るくて、痩てゐるといふ場合には、間食をするためであるといふことを知らねばならんのであります。

恐るべき間食の害を去り、愛兒を立派に發育させるには、どんな方法を講ずればよいかと申せば、間食の習慣を作らないやうにし、既にこの悪癖がある小兒には、これをやめさせる工夫を致さなければなりません、それ等のことに付いては、次號の紙上で詳く申すことに致します。

小兒のクサ

子供のクサ、特に乳兒の頭や面にクサの出來ることは、なか〱多いもので、頭部顏面一體に、丸で假面を被つたやうに痂皮を以て被はれて居る小兒をよく見ますが、此クサは大抵、小兒の所謂濕疹と云ふ一種の皮膚病であります。

この濕疹と申しますものは、實に色々に現はれまして、皮膚病學の方では、急性、慢性に區別し、又その出來る場所により、病氣の時期により種々樣々な名が付けてありますが、これらのことを細かに申上げる必要はありません、只濕疹と云ふものは、何時でも同じ樣ではない、色々になつて來るものであると云ふことを御承知になれば可のであります。この濕疹即ちクサは何うして起るか、即ち原因を尋ねて見ますと、これも亦色々あります。先づ第一に痩て顏色が蒼白く、頸の邊にグリ〱があつて、一體に薄弱な所謂腺病性の小兒に於きましては、僅の刺戟に由て起ります、耳や鼻の分泌物、又流涎、汗、糞尿等の刺戟に由り、又石鹼、軟膏等の塗布塗擦、その他罨法等に依て起ることもあり、暑い時分に太陽の光線に皮膚を曝した爲に起ることもあり、單に餘り厚著をさせて置く爲に起ることもあり、これと反

對に甚しい寒氣に觸れて起ることもあります。又小兒の頸、腋の下、股の附根などの襞になつて居つて皮膚と皮膚が擦れ合ひ、又汗や尿に依て濕潤ふ部分には殊によく發生するものであります。卽ち器械的の刺戟、化學的の刺戟、溫熱的の刺戟等が原因となります。

尙これよりも過食に依て消化障礙を起し、慢性の便祕があれば起り易い、その他食物の脂肪が多いと起るとか、齒牙の發生に關係があるとか、實に澤山の原因と認められるものがあります。

小兒が濕疹を出來しますと、此の小兒はクサクが强いとか、或は胎毒がありましてとか云ふのが、普通お母さんの醫者に原因として訴へる所であります。卽ち凡て濕疹の原因は內部にあるものと考へられて居るのでありますが、これは昔からの說であつたのであります。胎毒と申しますと、實際は非常に廣い昔の病名でありますけれども、今日醫師の所に行て『元來この兒は胎毒が强う御座いまして』などゝお母さんが、昔流の原因を訴へますと、今日の若いお醫者は、ハヽーなる程そうですか、と合點する、何う合點するかと云ふと、これは母の自ら訴ふる如く、その父母いづれかに黴毒があるので、その黴毒が此兒に遺傳し、其爲にこのクサが起つたのであると云ふのか、なる程そうかも知れぬと合點するのであります。最もお母さんの言葉のみに依らず、十分その原因について考察致しますから、容易に診斷を誤るやうなこともありませんけれども、兎に角父母の訴は、小兒病の診斷上有力の價値ある者とせられるのですから、醫師に原因を訴る時には、凡て餘計なことや、昔風の醫學の言葉などは使はぬやうにした方が可からうと思ひます。若し醫師が診斷上必要と認めれば、父母に黴毒があつたか否やは、尋ねもし、調べも致します。

前に述べました通り濕疹の原因となるものは、決して所謂胎毒ばかりではない、外から來る所の原因が澤山あります。その澤山ある原因の中でも、殊に大

なる原因は皮膚の不潔であります。小兒の脂肪多き塵埃の附きやすき頭。耳漏などがあつて、その分泌物の爲に不潔になる耳殼及び頰。涎の爲に濕潤して汚れる口圍。汗に依て潤ひ且つ摩擦を受ける襟元、腋窩。糞尿の爲に濕潤せられ刺戟され勝なる陰部、大腿內面及び臀部。此等の部分に注意して、不潔にならぬやうに、常に清潔に保ちましたならば、外から來る原因の大部分を除くわけであります。育兒上最も大切な此等の注意を怠つて、何でもクサケは胎毒で、身體の內部に於ける原因に由てのみ起るものと心得て、平氣で居るのは、母たるものゝ義務に於て大に缺けて居る所があると謂はなければなりません。

これは確かにそうでありますけれども、前にも申上げたやうに、矢張身體內部の原因に依ても濕疹が起ります。特に哺乳兒に於ては、身體內部の原因が、此の濕疹に大關係を持て居ります。卽ち生來薄弱な腺病性の小兒で、斯樣なクサの出來易いものがあり、又母乳の性質が良くないとか、特に人工榮養であれば、牛乳の性質の良否、その薄め方、乳の分量、哺乳の時間その他一般の榮養上の過ちから消化困難を來し、慢性の消化器病を起す、そうするとこれが原因となつて外に濕疹を發することになる。それのみならず、實際胎毒と云ふやうなわけで、父母から遺傳すると云ふ傾もあるのであります。併し此等內部の原因に由て出來る濕疹でも、矢張父母の責任は免れまいと思ひます。小兒の消化器を害するのは、申迄もなく養育者が育兒衞生上の智識が無いとか乃至は知つて居つても不注意であるか、又はかまはないからであると云ふことになります。父母から遺傳して來たものとあれば、無論大責任があるわけであります。

先づ以上の事を御承知になれば、此等の原因に鑑みて、注意さへ怠らなければ、大部分小兒濕疹を豫防することが出來る筈であります。何に致せ、清潔と云ふことは小兒、大人に拘らず、何時でも衞生上最も

大切な要件の一つであります。

さて濕疹の療法と云ふ段になりまするど、これは醫師の領分になりますので、何人が何時でも應用して可いと云ふやうな法を申上げることは出來ません。一體皮膚病と云ふものは、病氣の時期、その部位などに依て療法を異にしなければなりませんので、それをかまはずに、雜誌や人の話に依て所謂素人療法を企てますと、偶然その時機に適合した時であれば、誠に面白いやうに效を奏しますけれども、大抵は過つて却て惡くすることが多いものであります。殊にこの濕疹と云ふものは、その病の時期に依て色々な療法を施さなければなりませんから、なか〳〵此處でそれを申上ることは出來ませんけれども、一つ二つお心得になつて居て善いことを申上げて置くつもりで御坐います。

先づ小兒に最も多いのは、頭髮部と顏面の慢性濕疹でありますから、これを例に取つてお話致しますと、最初皮膚が赤くなつて少し腫れますが、其處に粟粒ほどの疹が出來て、大變痒がります、而して其部が濕めつてむくむやうな氣味があり、水疱が出來、遂に膿を持つて參りますが、これが衣服で擦れるとか搔くとか、或は自然に破れて、其處に痂皮が出來、それが剝げ落ちると、その跡から頭垢のやうに鱗屑が暫くの間落ちる、それからやうやく治癒すると云ふのが普通の濕疹の經過でありますけれども、これが治癒りきらぬうちに幾度も一部分つゝ繰返して出來ることが多いのであります。

分泌物が乾く時に髮の毛と痂皮が一緒に塊り、これを放置しますと、頭の脂と濕疹の分泌物とが分解しまして何とも云へぬ厭な臭氣を發するやうになります、斯樣になりますと、この上又虱の巢になり易い。尤も虱が先に頭に居つて、その刺戟からこの濕疹の起ることもあります。この時には頭に大きな厚い痂皮が出來まして、厭な臭がしますが、その痂皮を剝して見ますと其處が赤く潤ふて少し高くなつて居ります、又頸の淋巴腺が腫れてグリ〳〵が出來ますし、

髮の毛には虱の卵が附著して居るからわかります、これは餘程注意しなければなりません。耳に濕疹が出來ますと耳殼が厚くなつて龜裂が出來たり、痂皮で耳の孔が塞つて、聽えが惡くなつたり、又孔の中に癤腫が出來て非常に痛むことがあります。鼻に出來ますと、矢張痂皮で鼻の孔が塞がれる爲に小兒は止むを得ず口を開いて呼吸をするやうになり、又鼻の粘膜に龜裂が出來て非常に苦み、尙ほ其他に別の腫瘍が出來たり、或は丹毒など〻云ふ恐ろしい病氣が起ることもあります。此他、口脣の緣の所、眼瞼、眉の邊などが、最も濕疹の出來たがる部分で、小兒自身は無論のこと、傍で見る目にも苦痛を感ずることであります。

濕疹の療法には、消化障碍あれば、これを治し、その他の原因あればこれを除くことが第一で、乳の量を減さなければならぬこともあり、藥を飮まさねばならぬ場合もありますが、これは是非醫師の指圖を俟たなければなりません。只家で注意しなければならぬことは、小兒が、痒い爲めに搔きむしることであります、搔いてはなか〱治癒りません。それで小兒の爪は短く剪んでやり、尙ほ長い筒袖を著せて、手が直接患部に屆かないやうにすることが必要である。或は厚紙のやうなもので以て肘の所に副木繃帶を施し、夜は軀幹か夜具に兩腕を縛つて置くのであります。隨分可哀想なやうですけれども、さうでなければ、容易に治癒することが出來ないのですから致方がありません。

それから小兒のクサを治癒すと、毒が内に引込んで、別に大病を起す、卽ち内攻するといふことは昔からよく申すことでありまして、西洋でも矢張俗間では同樣のことを申して居ります。これは醫學上から申しますと、只今の所では、明瞭に說明が與へられませんので、餘り重せられない說ではありますが、併し實際に於て、廣い部分の濕疹を急劇に治療致しますと、害がある、又突然死亡したと云ふ例は隨分あることで、醫師は本より承知して居ります。それで

すから、何でもクサはかまはぬが可いと云ふて放置するは宜敷ない俗習であります。必ず醫師に就て十分相談をし、適當の治療を受けるやうにしたいと思ふのであります。

家庭衛生

蕈菌の種類

只今は丁度蕈菌の盛ですから、その植物學上のお話は他に讓りまして、家庭衛生上に關して、少し菌のことを申上げます。

蕈菌類は食用植物の中では、榮養分殊に蛋白に富んで居る方で、分析上では、松茸などについて見ますと。

水分八一・七三　蛋白三・七七　脂肪〇・七六五
無窒素物一二・七四　灰分〇・九九五

と云ふやうなもので、頗る佳良の食物であります。併しこれは單に分析上の話でありまして、實際食べては、餘り消化の良いものではありません、唯香が好く、味が美であると云ふ所から、一種の嗜好品として用うるに過ぎないのであります。何時でも分析表などを見て、蛋白が何程、脂肪が何程含んで居る、實に榮養分に富で、その割合も適當である、誠に結構な食品であると思はれることがありませうが、分析上は幾ら立派な食物でも、これを食べて活きた體の中に於て消化し、吸收し、而して眞に身體の榮養となるのには、なか〳〵そう單純に此方の試驗管から其方の體に移すやうな譯には參りません。その間には複雑な變化を受、てやうやく正味の榮養の價値が定まるのですから、身體の外で行つた分析の成績を以て、直に食物の價値をきめる譯には行かぬのであります。

この菌は、昔から賞美されたものと見えまして、歷史上では書紀の仲哀天皇樣の十九年十月の所に『夫

國棟者、其爲人甚淳朴也、每取山菓亦烹蝦蟆爲上味、北土毛者、栗菌及年魚之類』とありて、菌を賞味したことがわかります。素性法師の歌の詞書にも『北山に松たけとりにまかりたりける』などゝあり、その後の歌にも松茸狩の歌があり、類聚雜要抄と云ふ書物の中には、文永元年九月饗應の條に『御汁物二度汁松茸又汁志女治』と見え、海人藻芥には『宮中ニテハ松茸ヲマツト云フ』とあります。此等を以て見ますと、昔から何れの時代でも菌を食べ、特に松茸、志女治を珍重したことは只今と異ならなかつたのであります。

斯様に昔から食べて來た名高い蕈菌は、誰も間違やうもなし、又確かに食べて結構ですが、菌類は非常にその種類が多いので、植物學者の方でも未だ十分に調がついてないやうでありますから、況して普通の人は知らない菌の方が多いのであります。而してこの菌の中には食べられるものと、食べられないものとあることは何人も承知して居りますが、しかもその中には又極めて有毒の種類があつて、毒菌を無毒のものと過つて食べたり或は何だか知らぬが、大概大丈夫だらう、うまさうな菌だからと云ふので食べて、吐たり下たり、ひどい目に逢ふことがある、のみならずこれが爲に一命を落すと云ふやうなこともあります。

明治十四年中各地に於ける菌中毒者は二十九人で、その内六人は死亡し、同十五年には二十五人、その内七人死亡、十六年には百三十三人、内死亡者十二人。

明治三十七年には百四十九人、内死亡者四十五人、三十八年には百十九人、内死亡者四十二人。

右の樣な調が出て居ります。これで見ますと、中毒者の約四分の一位は死ぬ、隨分恐るべきものであります。右に舉げましたのは官報や何かに出たゞけの數に過ぎませんが、實際死なぬ迄も、菌に中毒するものゝ數はなか〳〵多數なものであらうと思はれます。それで、有毒の菌と無毒の菌とを鑑別ることは

極めて必要でありますけれども、一々此處に各種の色や形、その他の性質を申上げることは出來ませんから、普通知られて居る有毒無毒の菌の名稱と、毒菌の特徴だけを左に述べて御參考に供します。

食用に供すべきもの

シヒタケ。マツタケ。ハツタケ。ヌメリタケ。キクラゲ。カヤタケ。クロカハタケ。シヽタケ。イハタケ。ムキタケ。マヒタケ。シメヂ。ヒラタケ。シヨウロ。

食すべからざるもの

テングタケ、アシタカベニタケ。タマゴテングタケ。ドクツルタケ。ツキヨタケ（一名ワタリ。ツキヲナバ。クマビラ）。イツポンシメヂ。ドクスギタケ。イロバカリ。ベニタケ。ツチカブリ。ドクハツタケ。スツポンタケ。キヌガサタケ（一名コムソウタケ或シケグダケ）。キツ子ノタイマツ。キツ子ノエフデ。キツ子ノロウソク。

無毒菌の性質

（一）空氣の乾燥したる地に生ず
（二）白色或は鳶色なり
（三）組織緻密にして莖は眞直に裂くことを得
（四）採收したる後空氣に曝し置くも變色せず
（五）汁は水の如し
（六）香好くして、苦く或は辛く又は舌を刺戟する如き味なし

但しこれだけのことに依て、これは確かに無毒の菌であると安心して食べる譯には行きませんから、名の知れぬ菌は食べない方が宜しい。又明かに食用さすべき菌であつても古いものや蟲のついたものは食べてはなりません。

有毒菌の性質

（一）濕潤せる地に在る樹木に生ず
（二）組織に輝きたる色あり
（三）根本に壺、即ち膨脹したる部分ありて莖に鍔を有す
（四）柔軟にして水分に富み、脆くして裂けにくし

(五)空氣に曝せば鳶色、綠色或は靑色に變ず
(六)白色或は黃色の乳汁の如き液を出す
(七)臭惡しく且つ激烈なり
(八)味辛く或は苦く或は酸く又は鹹く刺戟性なり

これとても經驗上より、多くは斯樣であると云ふだけで、決して確實なものではありません、此他に銀の匙と一緒に煮て銀が黑くなれば毒菌であるなど〻申しますけれども、これも當になりません。併し毒菌には右のやうな性質のものが多いのですから、鑑別の助になります。尙ほ蕈の中は鑑別ることが困難ですから、一層注意して食べない方が宜しい。併し總て蕈の毒は、熱湯を以て煮れば、容易に出てしまふ特性がありますから、調理する前に蕈を粗く切つて、熱湯殊に食酢を加へた熱湯の中で再三攪拌て、水を切つて、食料に供するのが、中毒の豫防上最も安全な方法であらうと存じます。

若し過て毒蕈に中毒しますならば、食後直ちに或は數時間の後に症狀が現はれて參りますが、初めは大抵急性胃腸加答兒の症候でありまして、劇しく吐たり下したりして、腹痛が起り、甚しく渴き、恐怖の感を起し、物を嚥下ことが困難になり、吃逆が出て、遂には人事不省となります。又は視力障礙が起つて、物が靑く視え、時々窒息するやうになり、身體に痙攣が來て、譫語を言ひ、呼吸が困難になり、心臟の痲痺に依て斃れるのであります。多數の場合には痲醉狀態に陷るものでありますが、稀には興奮狀態を呈することもあると云ふことであります。尙場合に依ては、黃疸を起すこともあり、尿に血液成分の混じて來ることもあり、或は皮膚に紫色の斑點や線が出來、或は全身が靑色になるやうなこともあります。その輕重の程度は本より種々で、只嘔氣を催し頭痛がするとか、或は少し腹が痛で下痢する位に止まることもあり、只今述べたやうな劇烈な症狀を呈して忽ち死ぬこともあるのであります。兎に角、蕈の中毒は甚だ恐るべきもので、若しそれと氣が付いたならば、直ちに醫師の許に馳付けねばな

りませんが、指を咽頭に入れるなり、何とでもして胃の中から吐出すことが必要であります、尚濃く茶を煮出して飲むも可いが、激しい場合にはなか〱こんなことでは治まりません、醫師の手に依て毒物を排除すると共に、心臓や呼吸の方の危険に對して、種々の注射をするとか、灌腸をするとか、或は血を取るとか、其場合〱に應じて、あらゆる手段を盡されねばならぬのですが、これで以て一命を助からば實に僥倖であります。

如何に味が美いと申しましても、此の如き危険があるのですから、蕈類については注意に注意を加へなければならぬことゝ存じます。

お白粉の注意

お白粉の材料には、昔から鉛を用ゐ來つたことは、何人も御承知のことゝ思ひますが、この鉛は久しく皮膚に擦込まれますと、極少量づゝでも遂にはその中毒を起すものであります。活版職工が植字をするに、彼の鉛の活字を終日指を以て取扱ひます爲に、よく鉛の中毒に罹る、又俳優が鉛の中毒症に罹るのは全くお白粉濫用の爲であります。その他總て鉛製の物を使用します時には中毒の危険がありまして、飲食器具は無論のこと小兒の玩具などに依て鉛中毒を起した例は決して少くありません時として醫療上に於ても鉛の中毒を見ることがあります。鉛の中毒症は如何んな風になつて來るかと申しますと、先づ急性中毒であれば流涎が甚しく、腹が痛で、嘔吐し、下痢又は便秘を來し、熱も出て、呼吸が苦しくなり、衰弱致しまして、甚しい時はこれで死んで了ふのであります。斯樣な急性中毒は何ぞ鉛化合物を飲んだ時に起るのでありますが、特に注意すべきは醋酸鉛即ち鉛糖と云ふものであります。これは何處ぞ腫れて痛いと云ふやうな場合に、よく罨法料として醫師から貰ふものであります。水に溶さないものは眞白な結晶で、その味も砂糖に似て居りますから、うつ

かりして小兒が嘗めでもしやうものなら大變です。

慢性の中毒は大抵頑固の便祕に惱まされ、口の内が妙に甘いやうな鑛物性の味がして、呼氣が臭くなり、齒や齒齦が黒くなり、皮膚が乾燥して、厭に蒼白い色になり、又黄疸を起します。それから手足が痛んで、顫ふやうになり、手が思ふやうに動かなくなつたり聲が枯れたり、眼も惡くなり、腎臟炎などゝ云ふものが起り、遂には腦までも侵されて精神病のやうになるものであります。

これが鉛の入つて居るお白粉などに由て起る所の慢性中毒の症狀で、可なり恐ろしいものであります。

明治三十六年に内務省衛生試驗所で石川技手の試驗した成績に依て見ますと、無鉛若しくは無害白粉と稱して坊間に販賣して居るもの三十一種の中十一種だけが實際に鉛を含んで居らないが、餘の二十種は何れも鉛を用ひて居りました。今その中で鉛を含んで居らなかつた白粉の名だけを左に掲げ置きませう。

煉白粉

御園の雪。白ゆり。千代田煉おしろい。おかめ印西洋ねりおしろい。メリー。雪。はつねおしろい。國の花。やまと錦。

粉白粉

御園の花。雪。やまと錦。Poudre, Violetter de Parfume。Paudre de Riz, Jane Handing。Paudre de Riz。

水白粉

御園の月。おかめ印西洋水おしろい。水晶おしろい。

玉白粉

雪。

鉛の入つてないものは、どうしても從來の鉛白粉のやうに濃やかに皮膚に密著しにくい、けれども危險を侵してまでもお化粧をしなくても可からうと思ひます、且つ鉛が排斥されると共に漸次その代用品が工夫されて、おひ〳〵善い白粉も出來て參ることゝ信じます。

衛生雜信（五）

○吾人の精神作用が身體の機能を左右するの事實も、吾人日常の經驗に徵して毫も疑ふべからざる所に有之、恐怖、憂苦、心痛、苦慮等の際には、必ず多少、身體機能の障碍を見ざること無之候。これに就き左の如き面白き物語り有之候。

一人あり、一日、途上にて病魔の愴惶として走るに會ひ、『病魔よ、君は何處に行くや』と尋ねしに、病魔は慌だしく答へらく『余は五千の人命を屠るべくバグダット市へ急ぐなり』と。その後ち數週を經て再び病魔のバグダット市より歸るに會ひ、『病魔よ君はバグダット市にて五千の人命を屠らんとは約せしにあらずや、然るに何が故に五萬人を殺したるや』と詰責せしに、病魔は平然として答へて曰く『余は君に語りし如く正しく五千人を殺せしに過ぎざれども、他の四萬五千人は何れも余を恐れて自ら死せるものなり』と。

○實に病魔の云へるが如く、世には全く恐怖のため自ら死するもの決して尠からず候。之と同時に又自ら活きんとして死境を脫却し得るものも有之候。之につきドクトル、ロバート、マグドナルド氏は左の實例を物語り申し候。曾て西班牙亞米利加戰爭の際、一人の義勇兵は腸窒扶斯病に罹りてサウザン病院に入院いたし候ひしが、一日當直の醫師は其衰へ果てたる相貌を見て、其附き添ひ看護人に注意して云ひけるやう『迚も助かる望みはあらざるべし』と。患者は病牀より遙かに此言をきゝ奮然として『助かる望みなしと云ふか、然らず／＼、余は慥かに恢復すべし、再生すべし』と絕叫致し候ひしが、此『恢復すべし』『再生すべし』と云ふ發奮的大決心は、大に治癒的の效果を奏して遂に實際全治せしとの事に御座候。

○精神的暗示が或種の形ちに於て治癒的效果を奏することも、挽近學術の研究によりいよ／＼光明を發揮いたし候。由來人體の組織なるものは科學者の唱

ふるが如く、無數の細胞の集合によりて成れるものにて、又個々の細胞中には一種の神經的中樞を所有するものに有之候。吾人は日常の生活に於て此神經的中樞に對し毫も注意を拂はざれ共、而かも常住坐臥の間、此神經的中樞が人體生活の普通機能を營みつゝあるものに御座候。要するに疾病とは此中樞機能の遲鈍若くは緩慢になれるものにて候へば、此機能を興奮發揚すべき方法は當然疾病を治癒すべき性質あるものと被考候。

○人體細胞の神經的中樞機能を發揚興奮せしむべき藥品には種々あれ共、精神的暗示が又同樣の作用あるは否むべからざる所に有之、古來の宗敎史若くは高僧聖者の傳記中に散見する疾病治癒の奇蹟の如きも要するにかゝる作用に外ならざることゝ被考候。されば凡そ醫師たるものは單に人體を化學的竝に物理的にのみ觀察せずして、大に精神的心理的に研究せざるべからざるは申す迄も無之候。

野菜の貯藏法

元來我國に於ては、漬物類の作り方は餘程發達して居ります、西洋よりも遙に上手で且つ色々の方法があります。これはその筈で、吾々は祖先以來餘り四足を屠つて食べませんので、主として植物性の食物を取り、從つて漬物類は缺くべからざるもので、一日三度の食膳に必ずこれが副ふのですから、種々の漬物法が發達したのであります。併しこれは唯經驗上から上手になつたので、何故かうすれば長く持つか、何故斯樣な味になるか、又その榮養上の價値は如何かと云ふやうなことは少しも研究されて居らぬのであります。これは今後大に研究する必要があらうと思はれます。

ダイコンやキウリは普通の鹽漬にして結構ですが、柔かな野菜物になると、普通の漬方では冬の貯へとはなりません。新鮮な野菜に乏しく、値段の高い時分にも、その補となるべきものを貯へて置くことが

出來れば誠に臺所の重寶であらうと思ひます。その爲には先づその野菜の榮養價と、天然の味を損せぬやうに貯へると云ふことが第一の主眼であります。野菜は別段榮養になるとも思はれないので、所謂近來の養生家からは輕蔑されるやうですが、これは誤です。菓物、野菜、塊根類の中には吾々の身體を構成するに是非必要なものが含まれて居る、特に神經の成分として必要な燐だとか、骨を構成するに大切な石灰鹽類だとか、呼吸及び血液に必要な鐵と云ふやうな鑛物鹽類を含んで居り、身體の種々の器官や組織の中に於ける新陳代謝の爲にカリ、クロール其他種々の化合物があつて、分解の爲に生ずる所の酸類を中和すると云ふ作用があります、卽ち植物性食物の中には、この中和に必要なアルカリが澤山あるのであります、而かもこれが善いあんばいに吸收されるやうになつて居るのでありますから、野菜類も榮養上決して輕視すべきものでない、是非必要なものであります。

それでこれを貯藏しますにも、なるべく此等の榮養鹽類を失はぬやうに、又自然の味を損せぬやうに勉めなければならんのであります。

貯藏には先づ野菜の殺菌法と、同時にこれを持續的に空氣に觸れぬやうにすると云ふことが原則であります、つまり罐詰と同じやうにすることであります。西洋ではこの爲にブリキや硝子又は陶磁器製の貯藏器、その附屬器などが色々專賣されて居りまして、誠に重寶ですが、臺所ではこれも財布との相談ですから、あながち左樣な特別のものでなくとも、通常の甕又は硝子壺でも澤山です。只コルクか何かで能く栓が出來て、その上パラフインで以て目塗をすれば可いのです。

これを拵へますには、その野菜をよく洗つて、芥などを奇麗に除いて、その物に依ては適當に切つて、先づ少し軟になる程蒸して、それから淸潔にした容器に詰めます。

次に前以て作つて置いた食鹽水（一五合の煮沸水に食

鹽五乃至一〇瓩)をこれに灌けて、容器に蓋をして、これを湯煎に掛けて、水が甕の縁までになるやうにしまして、それから徐々に温めて水を煮立てるのですが、これを煮立てる時間は野菜の種類と器物にも由りますけれども、まづ煮立ち初めから三十分乃至六十分間位のものであります、而してこれを其儘さまして、もう一度栓をよく壓付けて縛つて蠟附けにして、それから冷やかな穴藏の中に貯へて置くのであります、此時によく密封が出來て少しも空氣が這入らぬかと云ふことに注意せねばなりません。

かやうにして貯藏いたしますと、決して黴びもせず、腐りもせず、又醱酵することもありません且つ簡單で、實用的で普通の糠味噌流よりは體裁もよし味もよし殊に品は何んでもよいのですから一度試みられたならば、經驗も出來巧者にもなり又自分で發明する處も出來て參ります益々面白味が出てやめられなくなるだらうと思ひます。



雜報

○ナイチンゲール追祭會

日本赤十字社では、先月二十七日に、ナイチンゲール孃の追祭會を擧行されたが、來賓の重な人々には花房副社長、石黑、松平の各男爵、鍋島、松方兩侯爵夫人、大島子爵夫人、その他本社及び篤志看護婦人會役員等で、平井病院長より開會の挨拶があつて、尙此日を記念する爲に、今後看護婦の成績優等者に對して、ナイチンゲールの石黑記念牌を贈與する旨の通告があり、次で石黑男が起て、故ナイチンゲール孃の事蹟に付いて講話をされ、それから久保日枝神社宮司の祭文朗讀、續いて本社看護婦監督萩原たけ子が、昨年洋行の際、同孃に接した當時の感想から孃の偉勳について述ぶる所あつて、四時に式を終

つた。

○危險なる醤油

大阪府衞生課の調査に據ると、同市内で賣つて居る醤油の中に、レゾルチンと云ふ藥劑が混せてあるものを發見したが、よく調べて見ると、四十一年中に、皮膚病特效藥として發賣免許を受けたサックセスと云ふ藥品を使つたものなとが判かつたので、その賣込先の香川縣と和歌山縣に向つて、取調方を照介した所が、この藥はレゾルチン、甘汞、臭素加里の三種を稀酒精に溶解したもので、これを二十石位の醤油の中に百八十瓦程混せてあることが確められたので、尙嚴重に取調中であるとのこと。

○中毒者六十八名

福島縣の某合名會社で、先月開業披露を催した所、その折詰の中に腐敗した魚肉があつた爲に、後で六十八名の中毒者が出たと云ふことである、斯樣な例は、よく東北地方にあるやうであるが、これは主客共に不注意から起ることで、宴會などの多人數の客に對しては、大いに料理に氣をつけねばならぬは勿論のことであるが、客の方でも少しく衞生的の考があれば、腐敗しかた物を食べて中毒するやうなことは、めつたにあるものでなからうと思ふ。

○看護婦見習生募集

京都醫科大學附屬醫院では今回年齡十八歲より三十五歲迄の看護婦見習生三十八人を募集する、志望者は來る十一月十日迄に願書を差出すべしと云ふ、尙ほ入學試驗は同月十五日午前九時より執行さるゝ筈である。

○各地の虎列拉病

關西地方の虎列拉流行は、更に衰へる氣色がなく、寧ろ益々蔓延するやうな勢で、實に憂ふべき次第であるが、去る十日に至る迄の發病數累計は、大阪府二五八、兵庫縣一九〇、京都府六六、愛媛縣一六、廣島縣二〇、福岡縣三九、香川縣一九、佐賀縣五、德島縣四、和歌山縣三、奈良縣一、岡山縣一、合計六二二と云ふ有樣である、これに就ては、各地の衞

生當局者は、極力、これが撲滅に餘念もないことであるが、特に岡山縣は、この秋に特別大演習が擧行される筈の豫定地で、來月中旬には　陛下の御臨幸もあらうし、當事者は一層熱心に防疫に勉めて居る、大洪水の後であるから關東の方は必然惡疫の流行が烈しからうとは何人も想像した所であるがそれだけ非常に注意したので、虎列拉などは發生せず、却て水害を免れて、平氣で、居つた關西の方に斯樣な恐るべき惡疫大流行を來して、なか〳〵退治されぬと云ふやうなこと、かう見ても、衞生法の何の位大切なものであるかゞ分かると思ふ、今後共各人大に注意しなければ、東京の方へも虎列拉の見舞ふことは必然である、萬事につけて衞生上の注意を怠つてはならぬ。

○就學兒童の豫診

これまで就學兒童のトラホーム檢査は、入學間際に行ふて來たが、これでは僅かにトラホームがあるばかりに、入學の機會を失はせると云ふやうなことになつて、甚だ不都合であるから、これには六ケ月程前に一應檢査して、入學期までに治療して了ふことが必要であると云ふので、東京市の醫師間に一問題となつて居つたが、市の當局者に是非これを實行されるやうにと交渉したそうである。

○大阪の煙害調査

大阪市は、さすがに全國商工業の中心だけあつて、煙突の數も段々殖えて來る、今でも大小長短の煙突が七千以上もある、日夜これから立昇る煤煙は濛々として全市を包む、此中に住むで居る百二十萬からの市民は皆健康上にその影響を蒙むることであるから、衞生上大に考へなければならぬと云ふので、市會議員、學校長、府技師と云ふやうな面々の發議で、煙筒調査會と云ふものを組織して、その中に發會式を擧げる準備中であるとのことである。

西洋雜爼

○結婚年齡

衛生上の立場から云ふと、身體の未だ完成しない年齢で結婚するのは、男に取つても女に取つても宜しくないと云はなければならぬが、自然に、餘り早くは結婚が出來ないやうになつて來る。千九百四年から同八年までの獨逸の統計で見ると、結婚年齢の平均は、男では二十八年九個月、女は二十五年九個月である。これで以て見ると、餘り早く結婚してはならぬと騒ぐこともなからうと思はれる。結婚し度くともなか〳〵結婚の出來るだけの準備がつかずに年をふかす男女は、益々多くなつて來るから、寧ろ早く結婚せよと勸めなければなるまいと思ふ。年をとつてからの結婚は、早婚に劣らぬ不利益と障碍がある。

○兒童の處罰法

子供が間違つたことをしたり、惡いことを爲たりする時に、丸で大人の罪人に對するやうな調子で叱つたり、打たりするのは勿論宜しくないが、さりとて只訓戒するとか、説諭するとか云ふ口だけの方法では、なか〳〵效能がない、又惡戯盛の兒童になると、眞に始末のいかぬものである。それで何でも善くないと云ふことを、聽かずに爲た時には、手を捕まへて輕く打つのが一番良法である。この處罰法は、兒童に、その爲たことの善くなかつたと云ふことを記憶にとめさせ、又爲る時によく思出させる效がある。總じて賢明な教育法には、可成罰を少なくして、忍で愛し、嚴に親切を盡すことが必要である。

○特定繪草紙屋

獨逸のフランクフルト、マム、マインの兒童保護會では、同所の約一百ばかりの繪草紙屋と相談して、一切風俗を亂るやうな物を賣らぬことにした。而して學校から特に此等の店を指定して、總て學校用品はその店々で賣らせることにしたそうである。

○後見人としての女子

北獨逸普通新聞に孤兒後見人會のことが記載してあつたが、遺憾乍ら此種の後見人の數は餘り多くない。獨逸の都會百三十四個所で調べた所に據て見ると孤

兒後見人の數はハンブルグが百四十人、ドレスデンが百人、コブレンツとグラドバッハとが各九十人、ベルリンは二百五十八人であつて、此等は皆他人の子供を世話して居る、此の後見人の數を增すことは甚だ六ケしい、何故かと云ふと、獨逸の女は男と同じやうに忙しい職業にたづさはつて居るからである。それで女は皆後見人になる心掛でなければならぬと云ふことである。

○齒で絲を切る癖

裁縫をする女共は、時々口と脣の痛を訴へるが、その原因が、どうも不明なことがある。併しこれは裁縫の時に剪を使はずに、齒で以て絲を切る爲のことである。これは甚だ善くない癖である。その害を並べ立てゝ見ると、先づ齒が惡くなる。それから色絲には惡い色素が使つてあるから、口や脣を惡るくすることがある。第三には、絲の切屑を嚥込むから、度重る中には重い腸胃加答兒を起すことになる。それであるから、これは矢張注意しなければならぬことである。

大日本婦人衛生會記事

○本會例會

本會にては、本月一日午後一時半より、芝區四國町東京高等女學校內に於て例會を開きたるが、當日の講師は醫學士河島右一氏、演題は乳房の話にて、初め自家考案の月經日誌を一葉づゝ聽衆に頒かたれ、その記入方並に效用を說明せられ、次に本題に移り、約二時間に亙つて、乳房の解剖、生理より病理並にその罹患豫防の注意を述べ、終に母乳を以て小兒を哺育することの、人工榮養に增さることを說き、更に我國と歐米諸國に於ける家族關係の差異も、この自然榮養法と不自然榮養法卽ち人工榮養法が大に與かり居るものと信ずと謂ひ、決して從來の母乳哺育法を廢すべからざることを勸奬されたり。

因に記す、此日は生憎の降雨なりしが、會員並にその他の聽衆百餘名ありき、當日出席されたる役員の姓名は左の如し。

鳩山春子　長谷川仲子　山口貞子
宮本樂子　濱尾作子　羽田三緒子
岡山こし子　岡田德子　小川幸子
田村きよ子　三浦敦子　山本多穗子
濱田捻子　（以上出席順）

尙ほ本會の例會は、毎常神田一ツ橋共立女子職業學校内に於て開催され來りたる所、同校は目下改築中に付き、今回は特に東京女學校の講堂を以て會場に當て、秋季に入て初めて此の講演を開くを得たり、これ同校々長始め幹事諸氏の好意に依るものにして、同校教職員及び生徒諸子も、始終當日の例會の爲に斡旋されたるは、本會の厚く感謝する所なりとす。

○寄贈書籍

八種傳染病豫防軌範（瀬川平造著、全一册、正價金七拾錢、南山堂發兌）

本書は傳染病々原の概要、傳染病豫防の概要、八種傳染病の概要、傳染病豫防法規の四篇より成り、各篇幾多の章項を分ち、傳染病に關する事共を、勉めて平易なる文章にて、難解の術語を避け、適切なる事例譬諭を用ひて説明されたるものなれば、何人と雖も此に依て重要なる衞生の智識を得べく、特に目下惡疫流行時に際して、家庭衞生上必須の良參考書として座右に勸む。

○本會入會者

○事務所申込

● 佐賀縣東松浦郡唐津郵便局内　通常會員　松浦磯子
● 芝區榮町十三　同　菅輝子

○新潟支會入會者

○竹山れつ子紹介

●　通常會員　田中つま子

○中村しげ子紹介

●　同　高橋小枝子

○轉居

● 牛込區市ヶ谷仲ノ町五十へ　岩田たき子
● 芝區山手町五へ　渡邊深子
● 朝鮮京城大和町一ノ十七へ　上屋西子
● 長野縣飯田町へ　勅使河原君恋子
● 鹿兒島市加治屋町一七五へ　鮫島芳子
● 小石川區上宮坂町四へ　三田谷啓
● 小石川區原町三一へ　宮川保全
● 四谷區左門町八九中山方　杉本清美子

新案特許一〇三六二號

衛生的なる改良かもじ發賣



本品の特長

一、根元にコロップを裝置せるにより舊式のものゝ如く硬からず肌ざわり軟らかなり

二、皮膚を摩擦する事少きゆゑ頭のはげる憂なし

三、頭痛癖ある婦人にも用ひて爽快を覺えしむ

四、二百度の熱蒸氣にて消毒しあれば毛髮の傳染病を媒介する憂なし

●丸髷 金十五錢より金七十五錢迄
●島田髷 金三十錢より金壹圓五十錢迄
●銀杏髷 金二十錢より金六十錢迄
●送料 各八錢

●諸かもじ製造販賣

東京市神田區豐島町十七番地【振替貯金口座一八一八八番】 田中金三郎

●小賣特約店

京橋南傳馬町 大西白牡丹 | 本郷三 兼康 | 淺草駒形 百助 | 淺草駒形 紅勘 | 神田區須田町 三井屋 | 日本橋通二丁 柳屋

特約店

神田區橋本町三丁目 勝本治助
日本橋區田所町廿一 山三商店
同 横山町二丁目 安井治太郎
同 馬喰町三丁目 高新商店
日本橋區若松町 松葉屋紋太郎
同 横山町一丁目 天野源七
同 馬喰町三丁目 阿部錠
同 橘町四丁目 角島村商店
日本橋馬喰町二丁目 飛川商店
同 横山町二丁目 江川小間物店
同 横山町二丁目 森本支店
外全國到る所の小間物店にあり

私立大日本婦人衞生會高崎支會規則（明治三十五年四月創立）

●第一條　當支會は大日本婦人衞生會に屬し汎く婦人をして人生の健康を保持する方法を講究し衞生上の智識を開發せしめ因て社會全般の幸福を增進するを目的とす●第二條　當支會は大日本婦人衞生會高崎支會と稱し事務所を高崎市寄居町五十番地に置く●第三條　當支會は高崎地方在住の本會々員と支會限りの支會員とを以て組織す●第四條　本會又は支會の會員たらんとする者は住所姓名及び會員の種類を詳記し三箇月分以上の會費を添へ申込まるべし●第五條　當支會に學術其の他の稗益を與へらるゝ人士を推して講師又は篤志賛助員となす●第六條　當會員にして轉居死亡又は退會の時は速に其旨事務所に通報せらるべし●第七條　支會に左の役員を置く會長一名副會長一名幹事六名評議員十二名●第八條　役員は會員中より公撰し會長副會長は役員中より互撰す又幹事評議員は役員中より會長之を指名す但役員の任期を一箇年とし再撰するを得●第九條　本會の特別賛成員を定員外の評議員とす●第十條　當支會は毎月一回講話會を開き毎年一回總會を開く者とす總會に於ては講話の外役員の改選會務の報告等をなす●第十一條　會員及賛成員の家族竝に篤志賛成員は集會に參列するを得但時宜により男子の參列は謝絶することあるべし●第十二條　本會々員は本會費の外別に支會費を要せず支會限りの會員は支會費として一箇月金五錢を出す者とす●第十三條　總て會費の徵收は集會の席上に於てするを例とす但三ヶ月分以上前納すべし●第十四條　支會の所有金は支會の名義を以て銀行に預け置くものとす●第十五條　會員又は會員外より金員物品の寄附ある時は之を受納す●第十六條　本會所有の金員物品を慈善事業等に使用せんとするときは衆議に諮るものとす●第十七條　會員は服裝其他を質素にし集會の節は時間等を確實に履行すべし●第十八條特に此規則に掲げざる者は本會の規則を準用す

事務所高崎市寄居町五十番地

高崎支會

明治二十六年四月四日第三種郵便物認可

私立大日本婦人衛生會徽章規程

第一條　大日本婦人衛生會會員は其會員たることを表するため左の徽章を用ゆ





○本會徽章料左の如し

○通常會員章

第參號
メツキ製拾貳錢、送費六錢

第貳號
正銀製四拾錢、送費六錢

○終身及特別會員章

第壹號
七拾錢（黑塗箱入送費九錢）
六拾錢（桐箱入送費六錢）

第二條　會員章は本會竝に支會の集會に出席する場合は勿論襟止兼用の便あるを以て成るべく平素佩用して廣く本會の普及を圖るを要す

第三條　本會徽章は右の實價を以て會員に頒つ

○入會注意

○御入會の際は三ヶ月以上の會費前納にて申込まるべし會員章は上段記載の實價にて御頒ち申候へども送費とも必らず御前納のこと●東京府下に限り毎月雜誌の配達を兼れ會費領收人を差出すべしと雖も郡部の方は地方會員の部として領收人差出不申候但東京府下の會員にても會費前納せられ合せて郵送料をも御納付相成候へば雜誌發行次第直ちに郵送可致候●追て支會々員は本會へ會費御納付のことゝす●會費は郵便小爲替にて本會事務所々在の郵便局（東京麹町區富士見町郵便局）宛振出しあるべし●會費受領證を要する節は送費として郵劵一錢五厘封入せられたし●轉居せられたるときは其の旨必らず本會事務所宛通知せらるべし

○會員御紹介
下され候御方には其人數丈の本會雜誌を進呈す

廣告料　一頁五四半頁其二分一以下同之　●特別廣告一頁拾四半頁其二分一以下同之　本誌一部定價貳拾錢

發行所　東京市麹町區富士見町二丁目三十二番地
私立大日本婦人衛生會
（振替貯金口座東京一〇六〇〇番）

編輯兼發行者　東京市本鄉區駒込追分町三十番地
莊司秋次郎

印刷者　東京市本鄉區駒込千駄木林町百七十二番地
今井甚太郎

印刷所　東京市本鄉區駒込千駄木林町百七十二番地
杏林舍

明治四十三年十月十六日印刷
明治四十三年十月二十日發行
婦人衛生雜誌第二百五十一號
（毎月一回二十日發行）